

KALENDARZ DLA KOBIET

na rok 1939



KALENDARZ DLA KOBIET NA ROK 1939

Odbito w Zakładach Graficznych Tow. „Bluszcz" — Warszawa, Solec 87.

KALENDARZ DLA KOBIET NA ROK 1939

Nakładem Tow. Wyd. „Bluszcz", w Warszawie

Od Wydawnictwa

Oddajemy w ręce naszych Prenumeratorek i Czytelniczek niniejszą książkę, w której staraliśmy się zgromadzić wszystko, co współczesną kobietę może interesować.

Poza zwykłymi informacjami „kalendarzowymi", wypełniającymi początkową treść „Kalendarza dla kobiet na rok 1939", książka zawiera wiadomości z tych wszystkich dziedzin, w których rola kobiety zaznacza się w sposób wyraźny, jeśli nie wręcz dominujący.

Czytelniczka naszego „Kalendarza" znajdzie więc w nim obszerny dział ilustrujący dorobek kobiety na polu nauki, literatury i sztuki, wyczerpujący obraz osiągnięć kobiecych we wszystkich gałęziach sportu, w służbie dla Państwa, w pracy zawodowej. Osobną uwagę poświęciliśmy modzie i kosmetyce — tak przecież nierozłącznie związanym z osobą każdej kobiety.

Szczególnie zaś troskliwie opracowany został dział „praktyczny", w tym przekonaniu, że zawarte w nim rady i wskazówki dotyczą spraw dla większości kobiet najistotniejszych, stanowiących przedmiot największych ich trosk i kłopotów. Są tu więc zgromadzone wiadomości na tematy: Kobieta jako Pani Domu, Matka i Dziecko, Kobieta lekarką domową, Domowe roboty ręczne, Praca w gospodarstwie wiejskim oraz zbiór najpotrzebniejszych w codziennym życiu norm i przepisów prawnych.

Obszerną treść „Kalendarza" zamyka przegląd ważniejszych wydarzeń w okresie ubiegłego roku oraz dział beletrystyczny i rozrywki umysłowe.

Pragniemy, aby nasz „Kalendarz dla kobiet na rok 1939" stał się użytecznym wydawnictwem dla jego Czytelniczek, aby dostarczył Im tych informacyj, których często potrzebują. Dlatego też wdzięczni będziemy za wiadomości o przyjęciu, z jakim się spotkał, jak również za wszelkie uwagi, któreby nam pozwoliły uzupełnić ewent. następne wydania.

TOWARZYSTWO WYDAWNICZE „BLUSZCZ"

ŚWIĘTA RUCHOME RZYMSKO-KATOLICKIE OD ROKU 1939 DO 1958

Ponieważ święta Wielkanocne nie mają ustalonej daty, lecz przypadają na pierwszą niedzielę po pełni księżyca, po wiosennym zrównaniu dnia z nocą, przeto na każdy rok należy przeprowadzać obliczenia astronomiczne dla oznaczenia właściwej daty tych świąt. W zależności zaś od niej ulega zmianie również kilka innych dat świątecznych.

Rok *Rok przestępny	Niedziela staro-zapustna	Popielec	Wielkanoc (niedziela)	Wniebowstąpienie Pańskie	Zielone Świątki	Św. Trójcy (niedziela)	Boże Ciało	1-sza niedziela Adwentu	Długość zapustów
1939	5 lutego	22 lutego	9 kwietnia	18 maja	28 maja	4 czerwca	8 czerwca	3 grudnia	46 dni
*1940	21 stycznia	7 „	24 marca	2 „	12 „	19 maja	23 maja	1 „	31 „
1941	9 lutego	26 „	13 kwietnia	22 „	1 czerwca	8 czerwca	12 czerwca	30 listopada	50 „
1942	1 „	18 „	5 „	14 „	24 maja	31 maja	4 „	29 „	42 „
1943	21 „	10 marca	25 „	3 czerwca	13 czerwca	20 czerwca	24 „	28 „	62 „
*1944	6 „	23 lutego	9 „	18 maja	28 maja	4 „	8 „	3 grudnia	47 „
1945	28 stycznia	14 „	1 „	10 „	20 „	27 maja	31 maja	2 „	38 „
1946	17 lutego	6 marca	21 „	30 „	9 czerwca	16 czerwca	20 czerwca	1 „	58 „
1947	2 „	19 lutego	6 „	15 „	25 maja	1 „	5 „	30 listopada	43 „
*1948	25 stycznia	11 „	28 marca	6 „	16 „	23 maja	27 maja	28 „	35 „
1949	13 lutego	2 marca	17 kwietnia	26 „	6 czerwca	12 czerwca	16 czerwca	27 „	34 „
1950	5 „	22 lutego	9 „	18 „	28 maja	4 „	8 „	3 grudnia	46 „
1951	21 stycznia	7 „	25 marca	3 „	13 „	20 maja	24 maja	2 „	31 „
*1952	10 lutego	27 „	13 kwietnia	22 „	1 czerwca	8 czerwca	12 czerwca	30 listopada	51 „
1953	1 „	18 „	5 „	14 „	24 maja	31 maja	4 „	29 „	42 „
1954	14 „	3 marca	18 „	27 „	6 czerwca	13 czerwca	17 „	28 „	55 „
1955	6 „	23 lutego	10 „	19 „	29 maja	5 „	9 „	27 „	47 „
*1956	29 stycznia	15 „	1 „	10 „	20 „	27 maja	31 maja	2 grudnia	39 „
1957	17 lutego	6 marca	21 „	30 „	9 czerwca	16 czerwca	20 czerwca	1 „	58 „
1958	2 „	19 lutego	6 „	15 „	25 maja	1 „	5 „	30 listopada	43 „

KALENDARZ WIECZNY
NA LATA 1600 — 2399

																			POCZĄTKOWE CYFRY ROKU											
																			16		17		18		19					
																			20		21		22		23					
00	06		17	23	**28**	34		45	51	**56**	62		73	79	**84**	90		Styczeń Październik	N	S	P	Cz	Śr	Wt	Pon	1	8	15	22	29
01	07	**12**	18		29	35	**40**	46		57	63	**68**	74		85	91	**96**	Kwiecień Lipiec **Styczeń**	Pon	N	S	P	Cz	Śr	Wt	2	9	16	23	30
02		13	19	**24**	30		41	47	**52**	58		69	75	**80**	86		97	Wrzesień Grudzień	Wt	Pon	N	S	P	Cz	Śr	3	10	17	24	31
03	**08**	14		25	31	**36**	42		53	59	**64**	70		81	87	**92**	98	Czerwiec	Śr	Wt	Pon	N	S	P	Cz	4	11	18	25	
	09	15	**20**	26		37	43	**48**	54		65	71	**76**	82		93	99	Luty Marzec Listopad	Cz	Śr	Wt	Pon	N	S	P	5	12	19	26	
04	10		21	27	**32**	38		49	55	**60**	66		77	83	**88**	94		Sierpień **Luty**	P	Cz	Śr	Wt	Pon	N	S	6	13	20	27	
05	11	**16**	22		33	39	**44**	50		61	67	**72**	78		89	95		Maj	S	P	Cz	Śr	Wt	Pon	N	7	14	21	28	
Końcowe cyfry roku																		Miesiące	Dni tygodnia							Dni miesiąca				

Chcąc znaleźć dzień tygodnia, odpowiadający jakiejś dacie, należy wyszukać najpierw w rubryce „Dzień tygodnia" — dzień, który znajduje się na skrzyżowaniach początkowym i końcowych cyfr roku. Następnie w tejże rubryce: „Dni tygodnia" odszukać trzeba ten sam dzień dla danego miesiąca i w znalezionym w ten sposób szeregu pionowym, posuwając się w górę lub w dół, na skrzyżowaniu z danym dniem miesiąca otrzymuje się szukany dzień tygodnia.

Uwaga: Tłusty druk w rubryce — „końcowe cyfry roku" oznacza lata przestępne. W rubryce — „Miesiące" — wydrukowane tłustym drukiem: **styczeń i luty**, służą do obliczeń dla lat przestępnych.

Przykład 1: Chcemy się dowiedzieć na jaki dzień tygodnia przypadną imieniny Jadwigi w dniu 15 października 1940 roku. Na skrzyżowaniu początkowych i końcowych cyfr roku t. j. „19" i „40" znajduje się „wtorek". — Także dzień „wtorek" dla miesiąca października znajduje się w pierwszym rzędzie poziomym w 6 rubryce pionowej — „Dni tygodnia". — Ponieważ w danym wypadku znaleziony „wtorek" jest na skrzyżowaniu z cyfrą „15" rubryk „Dni miesiąca" — szukany dzień jest wtorkiem.

Przykład 2: Znamy datę 6 stycznia 1952 roku. Na skrzyżowaniu „19" i „52" jest „środa". Także dzień dla „stycznia" roku przestępnego znajduje się w drugim rzędzie poziomym, w 6 rubryce pionowej „Dni tygodnia". — Posuwając się od tego miejsca do syrzyżowania z datą „6" — otrzyma się „niedzielę".

Kalendarz imion i świąt rzymsko-katolickich

Abdona Męcz. 30 lipca
Abrahama Pust. 16 marca
Adama 24 grudnia
Adelajdy 16 grudnia
Adolfa B. 17 czerwca
Adrjana M. 8 września
Afry P. 5 sierpnia
24 maja
Agapita M. 8 sierpnia
Agatona P. M. 10 stycznia
Agaty P. Męcz. 5 lutego
Agnieszki P. M. 21 stycz.
Agrypiny P. M. 23 czer.
Alberta B. M. 21 listop.
Albina 22 stycznia
Albiny P. 16 grudnia
Albina Biskupa 1 marca
Aleksandra B. 26 lutego
Aleksandra P. 2 maja
Aleksandra M. 12 grudni
Aleksego Wyzn. 17 lipca
Alfonsa 23 mar. 12 wrz.
Alfonsa Lig. 2 sierpnia
Alfreda 3 lipca
Alicji 21 czerwca
Aliny 16 czerwca
Alodii P. M. 22 październ.
Alojzego Gonzagi 21 cz.
Amadeusza 30 marca
Amandy 6 lut. i 18 czer.
Ambrozego B. 8 grudnia
Amelii 10 lipca
Anastazego M. 22 stycz.
Anastazego P. W. 27 kw.
Anastazji M. 15 kwiet.
Anastazji W. 28 paźdź.
Anatola 3 lipca
Anatoljusza M. 3 lipca
Andrzeja Apost. 30 list.
Andrzeja B. 24 maja
Andrzeja z Awel. 30 list.
Aniceta P. M. 17 kwiet.
Anieli 30 marca, 31 maja
Aniołów Stróż. 2 paźdź.
Anny Mat. N. M. P. 26 lip.
Ansgarego B. 4 lutego
Antoniego Op. 17 stycz.
Antoniego Pad. 13 czerw.
Antonina B. W. 10 maja
Antoniny M. 1 marca
Anzelma B. 21 kwietnia
Apolonii P. M. 9 lutego
Apolonjusza M. 18 kwiet.
Apolonjusza B. 7 lipca
Apolinarego B. 23 lipca
Arkadjusza P. 7 lipca i 12 stycznia
Arsenjusza M. 19 lipca
Arystydesa 31 sierpnia
Armanda 27 październ.
Arnolda 18 lipca
Artura B, 6 październ.
Anastazego B. 2 maja
Augustyna B. 28 sierp.
Aurelii P. 25 września
Aureljusza 16 czerwca
Balbiny P. 31 marca
Baltazara 6 stycznia
Barbary P. 4 grudnia

Barnaby Ap. 11 czerwca
Bartłomieja Ap. 24 sierpn.
Bazylego 2 st. i 14 czerw.
Bazylisy P. M. 15 kwiet.
Beaty P. 8 marca
Benedykta Op. 21 marca
Benigny P. 19 sierpnia
Benjamina M. 31 marca
Benicjusza W. 23 sierp.
Bernarda Op. 20 sierp.
Bernardyna Sen. 20 maja
Berty 7 lipca
Bibjanny P. 2 grudnia
Birgitty Wd. 8 paździer.
Blandyny P. 2 czerwca
Blanki 28 listopada
Błażeja B. M. 3 lutego
Boguchwała 22 marca
Bogumiła 5 listopada
Bogusława B. 22 marca
Bogdana Op. 18 maja i 2 listopada
Bonawentury K. 14 lipca
Bonifacego M. 14 maja
Bonifacego B. 5 czerwca
Bożydara B. 31 sierpnia
Brunona W. 6 paździer. i 17 maja
Brygidy Panny 1 lutego
Brygidy Wd. 8 paździer.
Cecylii P. Męcz. 22 list.
Celiny 8 czerw. i 15 grud.
Celsa Męcz. 28 lipca
Cyprjana B. 16 września
Cyryla Jeroz. B. 18 mar.
Cyrjaka M. 8 sierpnia
Cyryna 8 stycznia
Czesława W. 20 lipca
Czterdziestu M. 10 marca
Cezarego 21 lut., 27 sierp.
Damazego Pap. 11 grud.
Damiana M. 27 września i 23 lutego
Daniela M. 3 stycznia
Danieła P. 31 lipca
Darjusza M. 19 grudnia
Dawida K. 29 grudnia
Delfiny 26 listopada
Dezyderego B. 23 maja
Djonizego B. W. 9 paździer.
Dionizego 26 grudnia
Domiceli M. 7 maja, 6 lip.
Dominika W. 4 sierpnia
Donata M. 17 lutego
Donata B. 7 sierpnia
Doroty Panny 6 lutego
Dydaka Wyzn. 13 listop.
Dygny P. 11 sierpnia
Dzień Zaduszny 2 listop.
Edmunda B. 16 listop.
Edwarda Kr. 13 paźdz.
Edyty 5 grudnia
Eljasza 20 lipca
Eleonory P. 21 lutego
Eligjusza B. 1 grudnia
Elżbiety Kr. W. 8 lipca
Elżbiety 5 list. i 19 list.
Emanuela 26 marca
Emeryka 4 listopada
Emilii 12 mar. i 30 czerw.
Emiljana B. 11 września
Emiljanny M. 30 czerwca, 5 stycznia
Emmy 19 kwietnia
Epifanjusza B. 7 kwiet.
Erazma B. 2 czerwca
Ernesta 12 stycznia
Eryka Kr. M. 18 maja
Estery 18 listopada
Eufemji P. 16 września
Eufemji M. 20 marca
Eucharjusza B. 20 lutego
Eufrozyny P. 7 maja
Eugenii P. 13 września
Eugeniusza 4 stycznia
Eulalii P. M. 12 lutego

Eustachjusza M. 20 wrz.
Euzebii P. M. 29 paźdz.
Euzebjusza K. W. 14 sierp.
Euzebjusza M. 5 marca
Euzebjusza B. M. 16 grudnia
Ewarysta Pap. 26 paźdz.
Ewy 24 grudnia
Ezechjela Pror. 10 kwiet
Fabjana M. 20 stycznia
Faustyna M. 15 lutego
Felicjana M. 9 czerwca
Felicjaty M. 23 listopada
Felicyty 6 marca
Feliksa Kapuc. 18 maja
Feliksa Papieża 30 maja
Feliksa M. 14 stycznia
Feliksa Walez. 20 listop.
Ferdynanda Kr. 30 maja
Fidelisa Kapuc. 24 kwiet.
Filipa Apost. 1 maja
Filipa Nerjusza 26 maja
Filipa Benicjusza 23 sier.
Filiberta 20 sierpnia
Filomeny 5 lipca
Firmina B. 25 września
Flawiana 25 lutego, 28 stycznia
Flawji P. 5 października
Flawiusza M. 22 czerwca
Florentyny P. 20 czerwca
Florjana Męcz. 4 maja
Flory 24 listopada
Fortunata Kap. 1 czerwca
Franciszka Bor. 10 paźdz.
Franciszka Sal. 29 stycz.
Franciszka à Paulo 2 kw.
Franciszka Ser. 4 paźdz.
Franciszka Ks. W. 3 gr.
Franciszki Wd. 9 marca
Fulgencjusza B. 6 stycz.
Fryderyka 5 marca
Gabriela Arch. 18 marca
Gaudencji P. 30 sierp.
Gaudentego B. 12 lutego
Gawła O. 16 paździer.
Gastona 16 lutego
Gedeona 18 czerwca
Genowefy P. 3 stycznia
Genowefy Hard. 9 listop.
Gerarda 24 września
Germana B. W. 28 maja
Gertrudy 17 marca
Gerwazego M. 19 czerwca
Geryna M. 2 paździer.
Gilberta 4 lutego
Gizeli 7 maja
Godfryda 13 stycznia
Gontrana 28 marca
Gorgoniusza 9 września
Gracjana B. 18 grudnia
Grobu Chrystusa 15 kwietnia
Grzegorza Pap. 12 marca
Grzegorza Naz. 9 maja
Grzegorza VII P. 25 maja
Grzegorza B. 4 stycznia
Gustawa 2 sierpnia
Gwidona 12 września
Heleny Cesarz. 2 marca
Heleny Król. 22 maja
Heleny W. M. 31 lipca
Heljodora M. 3 lipca
Henryka Ces. 15 lipca
Henryka B. M. 19 stycznia
Herakljusza M. 11 marca
Hermenegildy Kr. 13 kw.
Hermogensa M. 12 kw.
Heronida M. 12 września
Heronima 30 września i 20 lipca
Higina Pap. M. 11 stycznia
Hilarego 14 stycznia, 10 września
Hilarjona Op. 21 paźdz.
Hiltrudy P. 28 września
Hipolita M. 13 sierpnia
Honoraty P. 11 stycznia
Huberta B. 3 listopada
Hugona B. 1 kwietnia
Idy Panny 13 kwietnia
Idziego Opata 1 września
Ignacego Lojoli W. 31 lipca
Ifigenii 21 września
Ildefonsa B. W. 23 stycznia
Imienia Jezusa 2 stycznia
Imienia Marii 15 września
Inocentego P. 28 lipca
Irmy 24 grudnia

Ireneusza M. 25 marca, 28 czerwca
Ireny Panny 5 kwietnia, 8 września, 20 paźdz.
Irwiny P. 24 grudnia
Iwona Kap. M. 19 maja
Izaaka 3 czerwca
Izabeli 15 marca i 3 września
Izydora B. 4 kwietnia
Izydora Oracza 10 maja
Jacka Wyznawcy 17 sierp.
Jacka M. 11 września
Jadwigi Wdowy 15 paź.
Jakuba Ap. 1 maja
Jakuba 25 lipca
Jana Złotoustego 27 stycz.
Jana M. W. 8 lutego
Jana z Dukli 1 paźdz.
Jana w Oleju 6 marca
Jana Bożego 8 marca
Jana Nepom. 16 maja
Jana Chrzciciela 24 czerw.
Jana M. 16 i 26 czerwca
Jana Gwalberta 13 lipca
Jana Kantego 20 paźdz.
Jana Kapistr. W. 28 mar.
Jana od Krzyża 24 list.
Jana Ewangiel. 27 grudnia
Jana Męcz. 7 września
Januarego 10 lipca
Januarjusza B. M. 19 września
Jerzego B. M. 23 kwiet.
Joanny Wdowy 24 maja
Joanny Fremiot 21 sierpnia
Joachima Ojca N. M. P. 1 września
Jowity Męcz. 15 lutego
Józefa Oblubieńca N. M. P. 19 marca
Józefa Kalas. 27 sierp.
Józefa z Kopert 18 wrz.
Józefa z Arym. 17 marca
Judy Ap. 28 października
Judyty Wdowy 14 listop.
Jukunda M. 9 stycznia
Juljana M. 13 lutego
Juljana 27 stycznia
Juljanny P. 16 lutego
Juljanny M. 17 sierpnia
Julji P. M. 22 maja
Juljusza P. 12 kwietnia
Julity P. M. 30 lipca
Justa 2 września
Justyna Fil. 14 kwietnia
Justyna 17 września
Justyniana B. 5 września
Kaja M. 22 kwietnia
Kajetana W. 7 sierpnia
Kaliksta Pap. 14 paźdz.
Kamila W. 18 lipca
Kandyda M. 3 paździer.
Kanuta Kr. 19 stycznia
Karola C. 28 stycznia
Karola Borom. 4 listop.
Kacpra 6 stycznia
Kasjana 13 sierpnia
Kasjusza M. 15 maja
Katarzyny Sen. 30 kwietnia
Katarzyny Kr. 23 marca
Katarzyny P. M. 25 list.
Kat. św. Piotra w Rzymie 18 stycz.
Kat. św. Piotra w Ant. 22 lutego
Kazimierza Kr. 4 marca
Kiljana B. 8 lipca
Klary P. 12 sierpnia
Klaudjusza B. 6 czerwca
Kleta M. 26 kwietnia
Klemensa Papieża 23 listopada
Kleopatry 20 października
Klotyldy Kr. 3 czerwca
Konrada W. 19 lutego
Konrada Bisk. 26 listop.
Korduli P. 22 paźdz.
Korneli M. 31 marca
Konstancji P. M. 18 lutego
Konstantego 11 marca, 12 kwietnia
Kozmy M. 27 września
Krescencji 15 czerwca
Krescencjusza 27 czerwca
Kryspina i Kryspinjana 25 paźdz.
Krystyny P. 13 marca, 24 lipca
Krzysztofa M. 25 lipca
Ksawerego 3 grudnia
Kunegundy Ces. 3 marca
Kunegundy Kr. 25 lipca
Kwiryna Męcz. 30 marca
Kwintyna 31 paźdz.

Lamberta 16 kwietnia
Larga M. 8 sierpnia
Leandra B. 27 lutego
Leokadii P. 9 grudnia
Leona B. 20 lutego
Leona I Pap. 11 kwietnia
Leona II Pap. 17 lipca
Leonarda Wyzn. 6 listop.
Leoncjusza B. 13 stycznia
Leonidasa M. 28 stycznia
Leonilli P. M. 15 marca
Leopolda 15 marca, 15 listopada
Lidji 27 marca
Linusa 23 września
Longina M. 15 marca
Lucjana 7 stycznia, 26 października
Lucji 6 lipca
Lucyny P. 30 czerwca
Lucyny 17 października
Ludgardy P. 16 czerwca
Ludgera B. 26 marca
Ludomira 3 października
Ludwika Kr. Fr. 25 sierpnia
Ludwika W. 12 lutego
Ludwiki P. 14 kwietnia
Ładysława z Giel. 22 wrz.
Łazarza B. 17 grudnia
Łucji Panny 13 grudnia
Łukasza Ew. 18 paźdz.
Macieja Ap. 24 lutego
Magdaleny 27 maja, 22 lipca
Makarego Op. 2 stycz.
Makarego M. 29 lutego
Maksyma B. 18 listopada
Maksyma M. 19 maja
Maksymiana M. 21 lut.
Maksymiljana B. 12 paźdz.
Maksymina B. 8 czerw.
Małgorzaty Kr. szwedz. 10 czerwca
Małgorzaty Kr. węgiersk. 13 lipca
Mansweta B. 28 listop.
Marcelego P. 16 stycznia
Marcela Wd. 21 stycznia
Marcelina P. 18 czerwca
Marcelina M. 30 kwietnia
Marcina 11 listopada
Marcina Pad. 12 listop.
Marcjana 17 czerwca
Marcjanny P. M. 9 stycz.
Marcjalisa 20 stycz.
Marka Ew. 25 kwietnia
Marka M. 24 marca
Marka z Rzymu 18 czerwca
Marka P. W. 7 października
Marka M. 21 listopada
Mariana M. 30 kwietnia
Mariana Ł. 19 sierpnia
Marii Kleof. 9 kwietnia
Marii Magdal. de Pazzis
27 maja
Marii Magdaleny w Jerozolimie
23 lipca
Mariusza 19 stycznia
Marty P. 29 lipca, 19 stycznia
Martyniana M. 16 października
Martyniana B. 2 stycznia
Martyny P. M. 30 stycznia
Mateusza Ap. 21 września
Maturyna 1 listopada
Matyldy Kr. 14 marca
Mauryliusza 13 września
Maura 15 stycznia i 22 listopada
Maurycego M. 22 września
Medarda B. 8 czerwca
Metodego B. 5 lipca
Melanii P. M. 18 lutego
Melchiora 6 stycznia
Michała Arch. 29 września
Michała B. W. 23 maja
Mikołaja z Tol. 10 września
Mikołaja B. 6 grudnia
Mirona M. M. 17 grudnia
Młodzianków 28 grudnia
Modesta M. 15 czerwca, 12 lutego
Modesty P. 13 marca
Moniki W. 4 maja
Narcyza B. 29 października
Narodzenie Chrystusa P. 25 grudnia
Narodz. N. M. P. 8 września
Natalii Panny 27 lipca
Nawiedzenie N. M. P. 2 lipca
Nawróc. Św. Pawła 25 stycznia
N. M. P. Nieustającej Pomocy
23 czerwca

N. M. P. Anielskiej 2 sierpnia
N. M. P. Bolesnej 15 września
N. M. P. od wyk. niewoln. 24 września
Niepok. Serca N. M. P. 15 września
N. M. P. Jasnogórskiej 28 sierpnia
N. M. P. Łaskaw. 13 maja
N. M. P. Loret. 10 grudnia
N. M. P. Pociesz. 4 września
N. M. P. Różańc. 6 października
N. M. P. Śnieżnej 5 sierpnia
N. M. P. Szkapl. 16 lipca
Napoleona 15 sierpnia
Nazariusza B. M. 28 lipca
Nestora B. M. 26 lutego
Nicefora B. 13 marca
Nikandra M. 7 listopada
Niepok. Pocz. N. M. P. 8 grudnia
Nikanora 10 stycznia
Nikodema M. 15 września
Norberta B. 6 czerwca
Objaw. N. M. P. w Lourdes 11 lutego
Oczekiwanie N. M. P. 8 grudnia
Oczyszczenie N. M. P. 2 lutego
Odona B. 18 listopada
Ofiarowanie N. M. P. 21 listopada
Olimpii 26 marca
Olimpiusza M. 31 października
Olimpiusza B. 12 czerwca
Oliwii 27 maja
Onufrego Pust. 12 czerwca
Opieki N. M. P. 10 listopada
Opieki św. Józefa 18 kwietnia
Opata B. 4 czerwca
Ottona B. 24 lipca
Ottona M. 16 stycznia
Otylii P. M. 13 grudnia
Pafnucego M. 19 kwietnia
Palmowa Niedz. 24 marca
Pankracego 12 maja
Pantaleona M. 27 lipca
Paschalisa 17 maja
Parysa 5 sierpnia
Patrycji Męcz. 13 marca
Paulina B. 22 czerwca
Paulina B. W. 13 sierpnia
Pauli Wdowy 26 stycznia
Pawła M. 26 czerwca 17 sierpnia
Pawła I Pust. 15 stycznia
Pawła Ap. 29 czerwca
Pawła od Krzyża 28 kwietnia
Pelagii M. 8 października, 23 marca
Petroneli 31 maja
Pięciu blizn. św. Franc. 18 wrześn.
Pięciu br. męcz. 12 listopada
Piotra B. M. 26 listopada
Piotra Chryzol. 4 grudnia
Piotra Damiana 23 lutego
Piotra Nolaski 31 stycznia
Piotra M. 29 kwietnia
Piotra Celestyna 19 maja
Piotra Ap. 29 czerwca
Piotra w okowach 1 sierpnia
Piotra z Alkan. 19 października
Piusa V Papieża 5 maja
Piusa I P. M. 11 czerwca
Placyda M. 5 października
Placyda P. 11 października
Pocieszenie N. M. P. 1 września
Podw. św. Krzyża 14 września 18 września
Polikarpa B. M. 26 stycznia
Porfirego 26 lutego
Praksedy P. 21 lutego
Prokopa Op. 4 lipca
Probusa 15 marca i 11 października
Prospera B. 25 czerwca
Prota M. 11 września
Protazego 18 czerwca
Prudensa 6 czerwca
Prymasa męcz. 9 czerwca
Pryski 18 stycznia
Przem. Pańskie 6 sierpnia
Przenies. św. Stanisława B. 27 września
Przeniesienie św. Wojciecha 20 października
Przeniesienie relikwii św. Kazimierza 27 sierpnia
Ptolomeusza B. 24 sierpnia
Pulcherii P. 10 września, 7 lipca

Rafała Arch. 24 października
7 listopada
Rajmunda W. 31 sierpnia
23 stycznia
Rajnolda 9 lutego
Raula 21 października
Reginy P. 7 września
Remigiusza B. 1 października
Roberta Op. 7 czerwca
17 kwietnia
Rocha Wyzn. 19 sierpnia
Romana 29 lutego
Romana M. 9 sierpnia
Romana B. M. 23 października
Romany P. 23 lutego
Romualda Opata 7 lutego
Rogera 30 grudnia
Rozalii P. 4 września
Rozesłanie Ap. 15 lipca
Róży Panny 30 sierpnia, 4 wrześn.
Rudolfa 17 kwietnia
Rufa Męcz. 28 listopada
Rufina M. 7 kwietnia
Rufina Wyzn. 19 sierp., 30 lipca
Rufiny P. 31 sierpnia
Ruberta Bisk. 27 marca
Rygoberta B. W. 4 stycznia
Ryszarda B. 3 kwietnia
Ryszarda Króla 7 lutego
Sabby Opata 5 grudnia
Sabina Wyzn. 11 lipca
Sabiniana M. 7 czerwca
Sabiny M. 27 października
i 29 sierpnia
Salomei P. 17 listopada
Samuela 17 lutego i 20 sierpnia
Saturnina M. 29 listopada
Saturniny M. 16 października
Saturniny P. M. 4 czerwca
Sawiny P. 30 stycznia
Scholastyki P. 10 lutego
Ścięcie gł. św. Jana Chrzc.
29 sierpnia
Sebastiana M. 20 stycznia
Septyniusza 17 sierpnia
Serafina W. 12 października
Serafiny P. 29 lipca
Serafiona W. M. 14 listopada
Sergiusza M. 24 lutego
Serwacego B. 13 maja
Serwaliana M. 20 kwietnia
Seweryna Op. 8 stycznia
Seweryna B. M. 23 października
Siedmiu boleści N. M. P.
11 kwietnia
Siedmiu braci śp. 10 lipca
Sidonii 28 sierpnia
Sokratesa 19 kwietnia
Sotera Papieża 22 kwietnia
Stanisława B. 8 maja
Stanisława Kostki 13 listopada
Stefana Kr. Węg. 2 września
Stefana M. 22 listopada, 2 sierp.
Sulpicjusza M. 20 kwietnia
Sylwana 4 października
Sylweriusza 20 czerwca
Sylwestra P. 31 grudnia
Symeona B. 18 lutego
Symforiana M. 22 sierpnia
Sykstusa III Pap. 28 marca
Szczepana M. 28 grudnia
Szymona z Lipn. 18 lipca
Szymona Ap. 28 października
Świętej Rodziny 21 stycznia
Tacjana M. 16 marca
12 stycznia
Tadeusza Ap. 28 października
Tarsylii P. 23 września
Tekli P. 23 września, 26 marca
Telesfora P. 5 stycznia
Teobalda P. 1 lipca
Teodora M. 9 listopada, 7 stycznia
i 23 kwietnia
Teodory M. 1 kwietnia, 11 wrześn.
Teodozji P. 29 maja
Teofila 20 grudnia, 8 stycznia
i 2 października
Teofila B. 27 kwietnia
Teresy 15 października
Tertuliana B. W. 27 kwietnia
Tomasza z Akw. 7 marca
Tomasza Ap. 21 grudnia
Tomasza Kanti 29 grudnia
Trzech Króli 6 stycznia

Tymoteusza B. M. 24 stycznia
Tytusa B. 4 stycznia
Tyburcjusza 14 kwietnia
Urbana Pap. 25 maja
Urbana B. 16 maja
Urszuli Panny 21 października
Wacława Króla 29 września
Walerii P. 9 grudnia
Walerii M. 5 czerwca
Walerego 12 grudnia
Walerego M. 12 września
28 stycznia
Waleriana B. 14 kwietnia
27 listopada
Waltera 2 maja
Walentego K. M. 14 lutego
Walentyny 25 lipca
Wawrzyńca M. 10 sierpnia
Wawrzyńca R. W. 5 września
Weroniki P. 13 stycznia
Wiktora M. 6 marca
Wiktora 21 maja, 15 grudnia
17 października
Wiktorii P. 23 grudnia
Wilhelma B. 10 stycznia
Wilhelma O. 6 kwietnia
Wincentego M. 22 stycznia
Wincentego Ferrar. W. 5 kwietnia
Wincentego Kad. 13 października
Wincentego B. 20 marca
Wincentego à P. 19 lipca
Wirgiliusza B. M. 27 listopada
Wirginii 7 listopada
Wita 15 czerwca
Witalisa M. 28 kwietnia
i 4 listopada
Władysława Kr. 27 czerwca
Wniebowzięcie N. M. P. 15 sierpnia
Wojciecha B. M. 23 kwietnia
Wolframa M. 10 marca
Wszystkich Świętych 1 listopada
Zachariasza Proroka 6 września
Zachariasza 4 listopada
Zaślubiny N. M. P. 23 stycznia
Zefiryna Papieża 26 sierpnia
Zenobiusza 24 grudnia
Zenobii 30 października
Zenona M. 14 lutego, 23 czerwca,
9 lipca i 22 grudnia
Zenajdy P. M. 5 czerwca
Zenajdy Panny 11 października
Znalezienie św. Krzyża, 3 maja
Znalez. relik. św. Szczepana 3 sierp.
Zofii Wdowy M. 15 maja
Zofii z 3 córkami 3 września
Zofii M. 18 września
Zuzanny M. 24 maja
Zuzanny P. 11 sierpnia
Zwiastowanie N. M. P. 8 kwietnia
Zygmunta Kr. 2 maja
Zygfryda B. 25 lutego

Kalendarz imion słowiańskich

Aldona 21 października
Bogodar 9 listopada
Bogowit, 6 marca
Bogna w., 22 lipca
Boguchwała, 17 marca
Boguchwała, 29 maja
Bogufał, 26 kwietnia
Bogumił, 10 czerwca
Bogumiła .20 grudnia
Bogumir, 23 stycznia
Bogusław, 20 marca
Bogusława, 23 września
Bogusz, 24 lutego
Boguwola, 8 grudnia
Bohdana, 6 lutego
Bohdana, 19 marca
Bojomir, 6 stycznia
Bolesława, 22 lipca
Bolesław, 19 sierpnia
Borys, 9 sierpnia
Borysława, 15 maja
Bożedar, 9 maja
Bożesław, 13 marca
Bożesław, 9 marca
Bożesław, 31 maja
Bożydar, 21 września
Bożysław, 18 czerwca
Bożywój bł., 4 kwietnia
Błażej, 3 lutego
Błogosław, 20 marca
Bratusław, 4 października
Bratumił, 18 października
Bratomiła 3 czerwca
Bronimił, 20 maja
Bronisława, 18 sierpnia
Bronisław, 6 października
Budzimił, 15 września
Budzimir, 16 czerwca
Budzisław, 20 października
Budziwój, 21 maja
Chocisław, 5 maja
Chlebosław, 6 sierpnia
Chwalibóg, 24 stycznia
Chwalibóg, 28 lutego
Chwalimir, 8 lipca
Chwalimira, 25 listopada
Chwalisław, 29 kwietnia
Chwalisław 3 listopada
Chronisław, 14 września
Chytomir, 23 kwietnia
Cichomił, 23 sierpnia
Cichomir, 6 czerwca
Cichosław, 13 maja
Cichosława, 30 czerwca
Cierpimir, 10 maja
Cierpisławą, 20 lipca
Cieszymil, 24 sierpnia
Czcibóg, 2 września
Czcimisław, 28 marca
Czcisława, 19 lutego
Czesława, 12 stycznia
Czesław, 19 kwietnia
Czesław św., 20 lipca
Dażbóg, 29 września
Dalomił, 29 października
Damian, 27 września
Daromiła, 21 października
Dobiesław, 14 maja
Dobrochna, 15 lutego
Dobrogniewa, 30 stycznia

Dobrogost, 14 lipca
Dobromił, 5 czerwca
Dobromiła, 10 października
Dobromir, 4 stycznia
Dobromira, 30 marca
Dobrosław, 10 stycznia
Dobrosława, 8 kwietnia
Dobrowit, 17 września
Dobrowój, 15 sierpnia
Domogost, 9 października
Domorad, 16 sierpnia
Domosław, 25 stycznia
Domosława, 7 września
Domosław, 21 czerwca
Dorosław, 24 listopada
Długomir, 14 marca
Długosław, 17 czerwca
Długosława, 15 października
Długomił, 20 kwietnia
Drogomiła, 19 listopada
Drogomir, 22 grudnia
Drogomysł, 17 czerwca
Drogosław, 17 września
Drogowit, 18 września
Dzierżykraj, 17 lipca
Dzierżymir, 13 października
Dzierżysław, 16 lipca
Dys, 21 lipca
Dzierżysław, 1 września
Godzimir, 3 października
Godzisław, 28 grudnia
Godysław, 21 marca, 24 grudnia
Gorysława, 9 lutego
Gorysław, 9 kwietnia
Gosław bł., 29 grudnia
Gościsław, 17 kwietnia
Gościsław, 28 listopada
Gościwit bł., 6 maja
Gniewomir, 8 lutego
Grzmisław, 12 października
Grzmisława, 25 grudnia
Imisław, 30 września
Iścisław, 11 września
Izasław, 6 lipca
Jacław św., 15 sierpnia
Janisław, 24 czerwca
Janusz, 11 listopada
Jarogniew, 6 grudnia
Jaromir, 28 maja
Jaromir, 10 kwietnia
Jaropelk, 18 stycznia
Jarosław św., 24 kwietnia
Jarosława, 25 stycznia
Jerzy św., 23 kwietnia
Jordan, 13 lutego
Kalina, 1 lipca
Kazimierz św., 4 marca
Kazimierza, 21 sierpnia
Krasisław, 16 kwietnia
Krasnoroga, 7 lipca
Krzemyśl, 10 maja
Krzesimir, 4 stycznia
Krzesław, 27 marca
Krzepimir, 10 września
Lassota, 31 grudnia
Lechosław, 26 listopada
Letosława, 3 września
Lubomił, 20 lutego
Lubomił św., 7 maja i 30 grudnia
Lubomiła, 23 marca
Lubomiła, 4 grudnia
Lubomir, 30 kwietnia
Lubomir, 1 maja
Lubomira, 24 lipca
Ludomir, 30 lipca
Ludomir, 10 listopada
Ludomysła, 7 grudnia
Ludosława, 10 marca
Ludosław, 8 listopada
Ludowid, 11 maja
Lutomil, 4 czerwca
Lutosław, 26 października
Ładysław bł., 27 września
Mieczysław, 1 stycznia
Milada, 16 lutego
Miłogost, 7 marca
Miłosław, 2 lutego
Miłosław, 3 lipca
Miłosz, 25 stycznia
Miłowój, 23 listopada
Mirosław, 26 lutego
Mirosława, 26 lipca
Mnożysław, 3 kwietnia
Mścigniew, 19 grudnia

Mścisław, 8 stycznia
Mścisława bł., 8 marca
Mściwój, 4 listopada
Myślimir, 13 kwietnia
Myślisław, 20 września
Namysław, 25 sierpnia
Niecisław, 12 marca
Niemira, 14 lutego
Niezamyśl, 8 sierpnia
Nosisław, 15 kwietnia
Ojcomił, 2 lipca
Ojcosław, 15 marca
Olcha św., 1 lipca
Oleg św., 7 sierpnia
Onosława, 1 lutego
Ostromir, 5 sierpnia
Pakosław, 2 marca
Pelemir, 19 marca
Prokop, 5 lipca
Przebysława, 22 października
Przebysław, 27 stycznia
Przebysław, 29 listopada
Przedzimir bł., 14 czerwca
Przedzisław, 23 lutego
Przedzisław, 27 sierpnia
Przemysław, 12 kwietnia
Przemysław, 29 listopada
Przemysława, 30 października
Przesław, 6 kwietnia
Przesław bł., 21 maja
Przesława, 3 września
Przebysław, 27 stycznia
Racibor bł., 29 sierpnia
Radogost, 14 stycznia
Radomił, 11 czerwca
Radomił, 22 sierpnia
Radomiła, 13 lipca
Radomir, 28 stycznia
Radomir, 16 listopada
Radomyśl, 27 grudnia
Radosław, 1 marca
Radosław, 15 lipca
Radosława, 8 września
Radzimir, 12 września
Radzisław, 16 października
Radzisława, 10 grudnia
Ratymir, 19 stycznia
Ratysław, B., 2 czerwca
Rolisław, 1 sierpnia
Rościsław, 17 stycznia
Rościsława, 4 września
Rosław, 13 sierpnia
Rosława, 7 października
Rozmysław, 26 czerwca
Rusław, 27 maja
Sadomir, 1 kwietnia
Samomysł, 22 października
Samosława, 1 grudnia
Sędzimir, 20 listopada
Sędzisław, 16 września
Sędziwój, 5 listopada
Siemian, 3 października
Siemisław, 24 października
Skarbimir, 26 stycznia
Sława bł., 12 sierpnia
Sławobór, 26 lutego
Sławogost, 28 kwietnia
Sławój, 9 czerwca
Sławomiła, 2 marca
Sławomir bł., 12 sierpnia
Sławomir, 14 grudnia
Sławomira, 17 marca
Sławomira, 23 grudnia
Sławosz, 25 lipca
Sobiesław, 20 sierpnia
Sobiebór, 9 września
Spitimir, 25 kwietnia
Spitogniew, 31 stycznia
Spitosław, 11 listopada
Spitosława, 5 grudnia
Stanimir, 2 października
Stanisław św., 8 maja
Stanisław, 5 sierpnia
Stanisław św., 13 listopada
Stosław, 21 lipca
Strachota, 9 lipca
Strzeżymir, 21 kwietnia
Strzeżysław, 2 stycznia
Strzeżysław, 15 maja
Sulimir, 20 maja
Sulusław bł., 7 lutego
Swatosz, 11 marca
Świętopełk, 1 czerwca
Świętobój, 26 marca

Świętobór, 5 kwietnia
Świętochna, 11 lutego
Świętomir, 28 lipca
Świętorad, 17 lutego
Świętosław, 31 sierpnia
Świętosław, 3 maja
Świętosława, 7 stycznia
Świętosława, 2 sierpnia
Świętopełk, 25 września
Szczęsny bł., 30 sierpnia
Szczęsława, 14 lutego
Szukosław, 29 marca
Szulisław, 2 grudnia
Tolimir bł., 12 lipca
Tomiła bł., 10 lutego
Tomir, 27 listopada
Tomira, 24 maja
Tomisław, 24 grudnia
Unisław, 18 lipca
Wacław bł., 4 kwietnia
Wacław św., 28 września
Wanda, 23 czerwca
Warcisław, 1 listopada
Wawrzyniec, 10 sierpnia
Wiarosława, 27 lutego
Wielisława, 4 lipca
Wielosława, 18 lutego
Więcymir, 26 maja
Więcysław, 24 maja
Wieńczysław, 4 maja
Wistimir, 3 grudnia
Wiesława bł., 22 maja
Wiesław bł., 22 maja
Wiesław bł., 7 czerwca
Wit św., 15 czerwca
Witold, 12 listopada
Witomił, 27 października
Witosława, 4 lutego
Witymir, 2 maja
Witysław, 22 stycznia
Władybóg, 27 października
Władybój, 10 września
Władymir, 10 stycznia
Władysław, 2 kwietnia i 27 czerwca
Władysława, 13 grudnia
Włastybór, 5 stycznia
Włastymir, 25 czerwca
Włastymir, 23 października
Włastymira, 26 sierpnia
Włodzimierz, 16 stycznia,
18 kwietnia i 11 sierpnia
Włodzimir, 14 listopada
Włodzisław, 5 września
Włodzisław, 10 lipca
Wojciech św., 1 maja
Wojmir, 11 grudnia
Wojsław, 5 marca
Wojsława, 8 października
Wolidar, 12 grudnia
Wolimir, 15 grudnia
Wrócisław, 23 stycznia i 22 lipca
Wróciwój, 26 grudnia
Wszebór, 27 lipca
Wszebił, 12 maja i 18 grudnia
Wszemiła, 22 listopada
Wszerad, 11 listopada
Wszesław, 18 maja
Wszewład, 6 listopada
Wyszomir, 2 i 29 czerwca
i 28 sierpnia
Wyszosław, 8 czerwca
Wyszosława, 9 grudnia
Wytimir, 2 listopada
Zasław, 5 października
Zbisław, 22 marca i 12 listopada
Zbigniew, 16 i 31 marca
Zbroisław, 28 czerwca
Zdobysława, 16 grudnia
Zdobysław, 29 stycznia
Zdzisław, 29 stycznią i 16 grudnia
Zelimir, 22 września
Ziemisław, 3 października
Ziemomysł, 4 września
Ziemowit, 19 października
Znatysław, 1 października
Znatysława, 7 października
Żegota, 1 lutego
Żelisław, 23 lipca
Żyrosław, 17 grudnia
Żytomir, 7 listopada

STYCZEŃ 31 dni

1	N.	**Nowy Rok**
2	P.	Im. Jezus, Makarego
3	W.	Genowefy p., Piotra m.
4	S.	Eugeniusza m.
5	C.	Telesf. p m. Edw.
6	P.	**Trzech Króli** 🌕
7	S.	Lucjana m. Juliana m.
8	N.	**1 po 3 Kr.** Seweryna
9	P.	Juliana i Bazylissy
10	W.	Jana Dobrego b. w.
11	S.	Honoraty p., Sewera
12	C.	Jana b. w. Bened. ☾
13	P.	Weroniki p.
14	S.	Hilarego b. dK. Fel.
15	N.	**2 po 3 Kr.** Pawła
16	P.	Marcelego I p. m.
17	W.	Antoniego op.
18	S.	Kat. św. Piotra w Rz.
19	C.	Mariusza i Marty mm.
20	P.	Fabiana p. m., Seb. ●
21	S.	Agnieszki p. m.
22	N.	**3 po 3 Kr.** Wincent.
23	P.	Klemensa b. m.
24	W.	Tymoteusza b. m.
25	S.	Nawróc. św. Pawła
26	C.	Polikarpa b. m.
27	P.	Jana Złotoust. b. dK.
28	S.	Juliana b. Waler. ☽
29	N.	**4 po 3 Kr.** Franc.
30	P.	Martyny p. m. Feliksa
31	W.	Piotra z Nolasco

Przysłowia

Jagnieszka łaskawa — puszcza skowronka z rękawa.

Kiedy styczeń najostrzejszy, tedy roczek najpłodniejszy.

Pamiętne dni w rodzinie

....

....

....

....

....

....

....

W GOSPODARSTWIE ROLNYM. Kończyć młockę zboża, w dnie mroźne młócić koniczynę, narzędzia rolnicze doprowadzić do porządku, zboże czyścić, groch toczyć, zakupić nasienie do siewu, powrósła kręcić, o krowy cielne dbać i dobrze karmić, cielęta grudniowe odsadzać, drób racjonalnie żywić. Na gnojowni ubijać nawóz, przesypując marglem, torfem lub ziemią próchniczną. Nawóz w razie braku pomieszczenia, wywozić w pole i układać w duże kupy. Sprawdzić stan ozimin i działanie przegonów, przeciwdziałać wyprzeniu ozimin.

W SADZIE. Rozpocząć szczotkowanie drzew, zbierać i palić gniazda szkodników i pierścionki. Wycinać suche gałęzie. Zbierać i dołować zrazy. Przebierać owoce, wietrzyć piwnice.

W OGRODZIE WARZYWNYM. Warzywa w kopcach i piwnicach przewietrzać w odwilż. Cebulę na składach przewietrzać. Zaopatrywać się w nasiona do inspektów. Robić próby kiełkowania. Przygotować skrzynie i okna inspektowe, wietrzniki, szyć maty, gromadzić nawóz. Pod koniec miesiąca zakładać pierwsze ciepłe inspekty pod siew rzodkiewki, sałaty, karotki, kapusty, selerów, karczochów.

W PASIECE. Odgarniać śnieg od wylotów. W razie potrzeby stosować podkarmianie ciastem miodowym. Uważać, czy szkodniki nie zakradły się do ula. Sprawdzać temperaturę w stebniku. Zapasową woszczynę zabezpieczyć od szkodników, zbyteczną przetopić.

Z FUZJĄ NA RAMIENIU. W styczniu wolno polować do połowy miesiąca, na niedźwiedzie, zające - szaraki, bielaki rysie, przez cały miesiąc na bażanty-koguty, dzikie kaczory, dzikie kaczki.

Poza tym przez cały rok wolno polować na drapieżce i szkodniki.

LUTY		28 dni
1	S.	Ignacego b. m. Bryg.
2	C.	M. B. Gromn.
3	P.	Błażeja b. m. Feliksa b.
4	S.	Andrzeja Kors. ◑
5	N.	Starozap., Agaty
6	P.	Doroty p. m. Tytusa b.
7	W.	Romualda op.
8	S.	Jana z Maty
9	C.	Apolonii p. m.
10	P.	Scholastyki p.
11	S.	Zjaw. N. M. P. w L. ☾
12	N.	Mięsop., 7 zał. serw.
13	P.	Grzegorza II pap.
14	W.	Walentego k. m.
15	S.	Faustyna m. Józefa d.
16	C.	Juliany p. m.
17	P.	Juliana Kap. m.
18	S.	Symeona b. m.
19	N.	Zapust., Marcel. ●
20	P.	Leona b., Zenobiusza
21	W.	Feliksa b., Fortunata
22	S.	Popielec. K. św. P. w A.
23	C.	Piotra Damiana b. dK.
24	P.	Macieja a., Modesta b.
25	S.	Wiktora m., Feliksa p.
26	N.	Wstępna, Nestora b.
27	P.	Aleksandra m. ◗
28	W.	Teofila m. Romana op.

Przysłowia

W lutym, gdy zagrzmi od wschodniego boku, burze i wiatry walne są w tym roku.

Gdy na Gromniczną roztaja, rzadkie będą urodzaje.

Pamiętne dni w rodzinie

....

....

....

....

....

....

....

W GOSPODARSTWIE ROLNYM. Przegony zatkane śniegiem przebijać dla ułatwienia naturalnego spadu wód do bruzd i rowów, zaś wody z roztopów skierować na łąki, gdzie pozostawią bardzo cenny osad. W dni mroźne wywozić komposty i nawóz pod okopowe, układając najlepiej w duże kupy, okryte ziemią. Łąki, o ile nie zalane, zasilać kainitem i mączką fosforytową, o ile darń na łące rozdyma się, przygnieść ją wałem. Wałować również żyto na glebach wzdymających się. Na obsychające górzyste pola puszczać włókę.

W SĄDZIE. Rozpocząć prześwietlanie koron drzew ziarnkowych, usuwać zbyteczne wilki, zasmarowywać rany, usuwać zbyteczne do „leczenia" odrostki korzeniowe, skrobać i bielić mlekiem wapiennym. Zaopatrzyć się w nawozy sztuczne. Opryskiwać cieczami owado — i grzybobójczymi. Przeglądać opaski chwytne na pniach. Zamawiać drzewka do sadzenia.

W OGRODZIE WARZYWNYM. Regulować temperaturę i wilgotność inspektów. Zamawiać nasiona do siewu. Przeglądać warzywa zimowane. Reperować stare narzędzia, kupować nowe. Zakładać dalsze inspekty pod siew kalafiorów, kalarepy, reszty kapust, pomidorów. Powtórzyć siew rzodkiewki i sałaty.

W OGRODZIE OZDOBNYM. Oczyszczać gałęzie zbyt obciążone śniegiem.

W PASIECE. Zabezpieczyć pszczoły (wyloty uli) przed zbyt wczesnym oblotem. Reparować narzędzia, zaopatrzyć się w brakujące i w woszczynę, szykować nowe ule.

Z FUZJĄ NA RAMIENIU. W lutym wolno polować na: dzikie kaczory, dzikie kaczki. Poza tym przez cały rok wolno polować na drapieżce i szkodniki. Inna zwierzyna podlega przepisom o czasie ochronnym.

MARZEC 31 dni

1	S.	Suchedni, Albina b.
2	C.	Pawła m., Lucjana b.
3	P.	Suchedni, Kunegundy
4	S.	Suchedni, Kazimierza
5	N.	**Sucha,** Jana Józ.
6	P.	Wiktora m., Perp. i Fel.
7	W.	Tomasza z Akw. dK.
8	S.	Wincentego Kadł. b.
9	C.	Franciszki Rzym. wd.
10	P.	40 Męczenników
11	S.	Konstantyna W. p. dK.
12	N.	**Głucha,** Grzeg.
13	P.	Krystyny p. m.
14	W.	Matyldy Kr., Leona
15	S.	Klemensa k., Longina
16	C.	Juliana m., Hilarego
17	P.	Jana Sark., Gertrudy
18	S.	Cyryla Jer. b. dK.
19	N.	**Środopostna,** Józefa Obl.
20	P.	Aleksandry i tow. mm.
21	W.	Bened. op. z Cass.
22	S.	Katarzyny p., Pawła b.
23	C.	Feliksa m., Józefa k.
24	P.	Gabriela Arch.
25	S.	Zwiastowanie NMP.
26	N.	**Czarna,** Tekli m.
27	P.	Jana Damas. w. dK.
28	W.	Jana Kapistrana w.
29	S.	Wiktoryna m.
30	C.	Jana Klimaka op.
31	P.	7 Bol. NMP., Balbiny

Przysłowia

Gdy w marcu niebo od południa ryknie — wielki ci z tego urodzaj wyniknie.

W marcu kto siać nie zaczyna, swego dobra zapomina.

Pamiętne dni w rodzinie

....

....

....

....

....

....

....

W GOSPODARSTWIE ROLNYM. Na łąkach zbierać mech i równać powierzchnię, gdy obeschnie, puszczać włóczydło, a gdy chwasty się ruszą, bronę. W żyto wsiewać koniczynę białą i seradelę na najsuchszych piaskach, na wilgotniejszych natomiast dopiero za miesiąc. Ziemi mokrej nie ruszać i nie obsiewać. Ku końcowi miesiąca siać burak cukrowy, marchew, owies i grochy.

W SADZIE. Przejrzeć owoce w piwnicy. Kopać doły pod młody sad, rozpocząć sadzenie drzewek. Zasilać sad nawozami sztucznymi (w miarę potrzeby potasowe i fosforowe) i naturalnymi. Przy orce i bronowaniu uważać, żeby orczyki nie kaleczyły pni. W sadzie karłowym przekopywać ziemię ręcznie pod drzewami. Wycinać stare i zbyteczne pędy, na porzeczkach i agreście, usuwać stare pędy malin, ewentualnie przerzedzać je lub skracać, krzewy te skrapiać płynami owado i grzybobójczymi. Szczepić dziczki, przeszczepiać nieodpowiednie odmiany.

W OGRODZIE WARZYWNYM. Siew w inspekcie ogórków, cebuli, kapusty i kalafiorów na średnią porę, szczypioru i porów. W przeschniętym gruncie siejemy marchew, pietruszkę, szczaw, koper, szpinak, groch, rzodkiewkę, cebulę. Oczyścić i nawozić warzywa trwałe, jak szparagi rabarbar, szczaw, kiełkować najwcześniejsze ziemniaki. Cieniować inspekty w razie silnego słońca. Zbiór inspektowej rzodkiewki, sałaty. Przygotować rozsadnik. Przerabiać komposty. Uprawiać i nawozić warzywnik, pamiętając o płodozmianie.

Z FUZJĄ NA RAMIENIU. W marcu wolno polować: na dzikie kaczory. Poza tym przez cały rok wolno polować na drapieżce i szkodniki.

KWIECIEŃ 30 dni

1	S.	Wiktora i Szczep. m m.
2	N.	**Palmowa,** Franc.
3	P.	Ryszarda b.
4	W.	Izydora b., Bened. ◎
5	S.	Wincentego Fer. w.
6	C.	Wielki Czwartek
7	P	Wielki Piątek
8	S.	Wielka Sobota
9	N.	**Wielkanoc**
10	P.	**Pon. Wielk.**
11	W.	Leona W. p. dK.
12	S.	Wiktora m., Zenona b. ☾
13	C.	Ursusa b. w.
14	P.	Justyna m. Waler.
15	S.	Anastazji m.
16	N.	**Przew.,** Benedykta
17	P	Pawła i Izydora zak.
18	W.	Apoloniusza m.
19	S.	Leona p., Jerzego b. ●
20	C.	Agnieszki p., Teodora
21	P.	Anzelma b., Feliksa m.
22	S.	Łukasza d., Leona b.
23	N.	**2 po W.,** Wojciecha
24	P.	Grzegorza b. w. Aleks.
25	W.	Marka ewang. m.
26	S.	M. B. Dobrej Rady ☽
27	C.	Zyty p., Piotra Kan.
28	P.	Pawła od Krzyża
29	S.	Piotra m., Paulina m.
30	N.	**3 po W.,** Katarzyny

Przysłowia

Gdy w końcu kwietnia deszcz rosi — polom błogosławieństwo przynosi.

Na św. Marka — sieje się ostatnia miarka.

Kiedy grzmi w święto Wojciecha, będzie rolnikom pociecha.

Pamiętne dni w rodzinie

....

....

....

....

....

....

W GOSPODARSTWIE ROLNYM. Kończyć zasiewy marcowe, spóźnione z racji opadów czy zbytniej wilgoci gleby, a więc kończyć siewy owsa i jęczmienia, przystąpić do wywózki gnoju pod ziemniaki (o ile nie było gnoju na jesieni). Buraki siać i pielęgnować, pszenicę i koniczyny drugoroczne bronować. Owsy i jęczmiona, grochy i marchew pielęgnować i plewić od chwastów. Wysadzić sadzonki buraków na nasienie. W końcu miesiąca bronować i motykować ziemniaki. Robactwo polne tępić.

W SADZIE. Kończyć sadzenie drzewek i krzewów. Stopniowo odkrywać morele, brzoskwinie, winorośl, stosować odpowiednie cięcia winorośli. Oczyścić truskawki, ewentualnie zasilić i ziemię między nimi wzruszyć. Powtórnie skropić drzewa płynami owado — i grzybobójczymi. Kończyć przeszczepianie. Leczyć pnie trącone mrozem przy pomocy odrostków korzeniowych. Sadzić truskawki.

W OGRODZIE WARZYWNYM. Siew do gruntu buraków, pikowanie i hartowanie warzyw w inspekcie. Rozpocząć sadzenie w gruncie kapusty, kalarepy, siew na rozsadniku kapustnych, rzodkiewki, sałaty. Kopcować szparagi. Kończyć roboty z poprzedniego miesiąca. Wietrzyć i cieniować inspekty. Zakładać szparagarnie.

W OGRODZIE OZDOBNYM. Kończyć sadzenie drzew i krzewów. Kończyć przycinanie drzew i krzewów formowanych i żywopłotów. Zdjąć zupełnie okrycie z róż, ziemię zasilić i przekopać. Siać trawę, szykować kwietniki.

W PASIECE. Przeglądać ule, oskrobać je i oczyścić, uregulować wyloty, w razie potrzeby podkarmiać. Siać rośliny miododajne.

Z FUZJĄ NA RAMIENIU. W kwietniu wolno polować: na dzikie kaczory. Poza tym przez cały rok wolno polować na drapieżce i szkodniki. Inna zwierzyna podlega przepisom o czasie ochronnym.

MAJ 31 dni

1	P.	Filipa i Jakuba ap. mm
2	W.	Eugeniusza b. m.
3	S.	Król. Korony Polskiej 🌕
4	C.	Zn. Św. Krzyża, Floriana
5	P.	Ireny m., Hilarego b.
6	S.	Jana ap. ew. przy Br. Ł.
7	N.	**4 po W.,** Jana b.
8	P.	Stanisława b. m.
9	W.	Grzegorza z Naz. b.
10	S.	Izydora rolnika
11	C.	Franciszka de Hier. ☾
12	P.	Pankracego m., Filipa
13	S.	Serwacego b., Jana M.
14	N.	**5 po W.,** Bonifacy
15	P.	Dni Krzyżowe, Jana Sal.
16	W.	Dni Krzyżowe. Jana Nep.
17	S.	Dni Krzyżowa, Pawła m.
18	C.	**Wniebowstąpienie P.**
19	P.	Piotra Celestyna ●
20	S.	Bernardyna z Sien.
21	N.	**6 po W.,** Tymoteusza
22	P.	Julii p. m., Heleny p.
23	W.	Michała b. Syn.
24	S.	NMP. Wspom. Wiernych
25	C.	Grzeg. VII, Urbana
26	P.	Filipa Nereusza ☽
27	S.	Wig., Jana p. m.
28	N.	**Zielone Święta**
29	P.	**Poniedziałek Świąt.**
30	W.	Feliksa p. m., Anastaz.
31	S.	Suchedni, Anieli M.

Przysłowia

Grzmot w maju — sprzyja urodzajom.

Wody w maju stojące — szkody przynoszą łące.

Deszczyk majowy i łzy panny młodej — nie długotrwałe.

Pankracy, Serwacy, Bonifacy, źli na ogrody chłopacy.

Pamiętne dni w rodzinie

....

....

....

....

....

W GOSPODARSTWIE ROLNYM. Bydło idzie na paszę pastwiskową. W końcu maja dostaje zieloną paszę ciętą (uważać, by nie było wzdęcia). Wietrzyć i obielić stajnię i obory. Nawóz pod uprawy jesienne lub ugorowe utłaczać i zlewać gnojówką w dnie ciepłe. Ostatnie sadzenie ziemniaków. Buraki i marchew redlić, pastewną lekko obsypywać. Siać kukurydzę mak, proso, i fasolę późniejszą sadzić Mieszanki na zielono kawałkami zasiewać. Ziemniaki wcześnie sadzone obsypywać, siać len, bulwę i konopie. Kosić osty i wykaszać drogi i rowy. Pchełki na kapuścianej rozsadzie i na rzepaku tępić.

W SADZIE. W razie suszy podlewać świeżo sadzone drzewa i krzewy, zabezpieczyć miski przed wysychaniem, zbierać kwieciaka jabłkowca i monilie na wiśniach. Zakładać opaski lepkie na pniach. Zbierać chrabąszcze. Szczepić kożuchówkę. Zasilać drzewa i krzewy w miarę potrzeby saletrą. Opryskiwać agrest roztworem sody. W razie przymrozków w czasie kwitnienia drzew palić ogniska z materiałów dymnych.

W OGRODZIE WARZYWNYM. Kończyć siewy i sadzenie. Powtarzać co 3 tygodnie siew rzodkiewki. W połowie miesiącą siać fasolę, kukurydzę i ogórki, sadzić pomidory. Drugi siew grochu i kalafiorów na późne. Szykować paliki (i rafię) do pomidorów, tyczki do fasoli i grochu. Przerywać zbyt gęste wschody, dosadzać wypadnięte rozsady. Zbiór rabarbaru i szparagów.

W OGRODZIE OZDOBNYM. Kończyć obsadzanie rabat i kwietników oraz siew kwiatów.

Z FUZJĄ NA RAMIENIU. W maju wolno polować: przez cały miesiąc na dzikie kaczory, od połowy miesiąca na sarny - kozły. Poza tym przez cały rok wolno polować na drapieżce i szkodniki. Inna zwierzyna podlega przepisom o czasie ochronnym.

CZERWIEC 30 dni

1	C.	Bł. Jakuba Strzemię	
2	P	Suchedni, Sadoka	○
3	S.	Suchedni, Klotyldy	
4	**N.**	**Trójcy Św., Franciszka**	
5	P	Bonifacego b. m.	
6	W.	Norberta b., Jana b.	
7	S.	Roberta op., Pawła b.	
8	**C.**	**Boże Ciało**	
9	P.	Felicjana m., Pelagii	
10	S.	Bogumiła a., Małg.	☾
11	**N.**	**2 po Św**., Barnaby ap.	
12	P.	Jana a s. Fac., Ant.	
13	W.	Antoniego Pad.	
14	S.	Bazylego b. dK., Wal.	
15	C.	Jolenty, Wita m.	
16	P.	N. Serca P. J., Just.	
17	S.	Feliksa m., Awitak.	●
18	**N.**	**3 po Św.**, Marka m.	
19	P.	Gerwazego, Protazego	
20	W.	Florentyny p.	
21	S.	Alojzego Gonzagi	
22	C.	Paulina b., Jana b.	
23	P.	Zenona m., Feliksa k.	
24	S.	Nar. Jana Chrzciciela	☽
25	**N.**	**4 po Św.**, Łucji p. m.	
26	P.	Jana i Pawła mm.	
27	W.	Władysława kr.	
28	S.	Leona II p., Pawła p.	
29	**C.**	**Piotra i Pawła ap.**	
30	P.	Wspom. św. Pawła	

Przysłowia

Jaki dzień w Boże Ciało — takich dni potem niemało.

Na świętego Wita — zboże zakwita.

Kiedy masz siano w stogu, powiedz — „Chwała Bogu".

Pamiętne dni w rodzinie

....

....

....

....

....

....

W GOSPODARSTWIE ROLNYM. Obredlać i, gdzie tylko obsycha, gracować w uprawach rzędowych. Nie ustawać z pieleniem chwastów, tak w okopowych jak i w jarych zasiewach. Oset wycinać lub zasypywać kainitem. Rozpocząć uprawę ugorów, podorując płyciutko, po czym wałować (w suche dnie) i bronować. Wał przyśpiesza podsiekanie i wzejście chwastów, brona przerywa podsiękanie. Zasiewać mieszanki na jesienny okres. Na suchych piaskach siać łubin żółty. Na lepszych czas siać len i proso do 15-go. Kończyć sprzęt siana i koniczyn, łąki kompostem nawozić, a przed tym drapać skaryfikatorem. Doflancować bulwnik, wsiać łubin w bulwę i w ziemniaki na piasku.

Krowom dodawać otrąb i makuchów. Cielętom przy dużym ruchu dawać owsa.

W SADZIE. Po skończonym kwitnieniu trzeciokrotne skrapianie płynami owadobójczymi i grzybobójczymi. Zabezpieczać czereśnie przed wróblami. Zbiór czereśni. Zabezpieczyć truskawki przed zabrudzeniem ziemią, usuwać w truskawkach „wąsy" czyli rozłogi. Zbiór z ogonkami nie dotykając owocu palcami, od razu segregować. Uszczykiwać winorośl. Dać podpory pod gałęzie zbyt obciążone owocem. Odpowiednio zwalczać plamy i wszelkie choroby na krzewach owocowych.

W OGRODZIE WARZYWNYM. Palikować pomidory i fasolę. Pleć ręcznie i planetem zawsze w porę. Obsypywać kapustę, kalafiory i pomidory. Wzruszać ziemię zwłaszcza po ulewnym deszczu. Niszczyć jajeczka bielinka kapustnika, opryskiwać pomidory w razie choroby na liściach. Cieniować kalafiory. Przecinać i przywiązywać pomidory. Kapustne zasilać pogłównie saletrą lub rozcieńczoną gnojówką. Zbiór grochu.

Z FUZJĄ NA RAMIENIU. W czerwcu wolno polować: na sarny-kozły. Poza tym przez cały rok wolno polować na drapieżce i szkodniki. Inna zwierzyna podlega przepisom o czasie ochronnym.

LIPIEC 31 dni

1	S.	Przem. Krwi P. J.	○
2	N.	**5 po Św.,** Naw. NMP.	
3	P.	Anatola b., Marka m.	
4	W.	Teodora b., Innocent.	
5	S.	Antoniego	
6	C.	Łucji m., Dominiki	
7	P.	Cyryla i Metodego bb.	
8	S.	Elżbiety Kr. wd.	
9	N.	**6 po Św.,** Weroniki	☾
10	P.	Siedmiu braci mm.	
11	W.	Janab., Januarego m.	
12	S.	Jana Gwalberta	
13	C.	Eugeniusza b.	
14	P.	Bonawentury b. dK.	
15	S.	Henryka c., Filipa m.	
16	N.	**7 po Św.,** M. B. Szk.	●
17	P.	Jacka m., Marceliny	
18	W.	Szymona z Lipnicy	
19	S.	Wincentego a Paulo	
20	C.	Czesława, Hieronima	
21	P.	Andrzeja, Julii p. m.	
22	S.	Marii Magdaleny	
23	N.	**8 po Św.,** Aponiu.	☽
24	P.	Kingi Kr., Krystyny	
25	W.	Jakuba ap., Krzysztofa	
26	S.	Anny matki NMP.	
27	C.	Feliksa m., Julii m.	
28	P.	Wiktora p. m., Leona	
29	S.	Marty p., Urbana II p.	
30	N.	**9 po Św.,** Rufina m.	
31	P.	Ignacego z Loyoli	○

Przysłowia

Deszcz na Nawiedzenie Panny — potrwa pewnie do Zuzanny.

Na święty Jakób chmury — będą śniegu fury.

Od Świętej Anki — chłodne wieczory i ranki.

Pamiętne dni w rodzinie

....

....

....

....

....

....

W GOSPODARSTWIE ROLNYM. W lipcu trzeba przygotować wszystko do zbliżających się żniw, a więc wozy, drabiny, uprzęże, wyporządzić śpichrze i sąsieki w stodole z resztek słomy, śmieci i starego ziarna, wozy podkuć. Nawóz silnie polewać gnojówką, udeptywać i przysypywać torfem, ziemią lub marglem. Drób wygnać na ścierniska. Koniom nie dawać świeżego owsa. Skończyć plewienie buraków, kapusty i ziemniaki okopać i obsypać powtórnie, o ile zaś gniją — skropić siarczanem miedzi. Pod rzepak wywozić nawóz. Rzepak żąć, skoro tylko ziarno zbrunatnieje. Jęczmień ozimy siać. Zbierać żyto, owies, pszenicę — zależnie od pogody i stopnia dojrzewania. W tym miesiącu dokonywujemy zasiewu nawozów zielonych i zbieramy wczesny groch, wykę, łubin i mak.

W SADZIE. W razie suszy — podlewać i wzruszać powierzchnię koło młodych drzewek, niszczyć zielsko. Zakładać na pniach opaski chwytne. Zbiór porzeczek, malin, agrestu, wczesnych jabłek, moreli, brzoskwini, wiśni. Nie zbierać owoców po deszczu. Po zbiorze truskawek usuwać wąsy, pleć, ewent. zasilić, wzruszyć ziemię. Rozpocząć oczkowanie dziczków.

W OGRODZIE WARZYWNYM. Jak w poprzednim miesiącu pleć i wzruszać powierzchnię ziemi. Nawieźć szparagi i rozrzucić kopce, zasilić rabarbar. Przecinać pomidory. Siew fasoli na zieloną. Zbiór pomidorów, ogórków, cebuli na dymkę.

W OGRODZIE OZDOBNYM. Rozpocząć oczkowanie róż na martwe oczko. Pleć i wzruszać ziemię. Ścinać kwiaty, aby obficiej kwitły.

W PASIECE. Przeglądać ramki i nadstawki, plastry zaszyte zabierać na miodarkę. Zapobiegać spóźnionym rójkom.

Z FUZJĄ NA RAMIENIU. W lipcu wolno polować: przez cały miesiąc, na sarny - kozły, od połowy miesiąca na dzikie kaczory, dzikie kaczki i młode. Poza tym przez cały rok wolno polować na drapieżce i szkodniki. Inna zwierzyna podlega przepisom o czasie ochronnym.

SIERPIEŃ 31 dni

1	W.	Piotra w okowach
2	S.	M. B. Anielskiej
3	C.	Znal. rel. św. Szczep:
4	P.	Dominika w.
5	S.	NMP Snieżnej
6	N.	**10 po Św.** Przem. P.
7	P.	Kajetana W., Piotra m.
8	W.	Emiliana b., Sewera ☾
9	S.	Romana ż., Juliana
10	C.	Wawrzyńca m.
11	P.	Zuzanny p., Aleks.
12	S.	Klary p., Juliana m.
13	N.	**11 po Św.**, Hipolita
14	P.	Wig., Euzebiusza
15	W.	**Wnieb. NMP** ●
16	S.	Rocha w., Joachima w.
17	C.	Jacka w., Pawła m.
18	P.	Heleny ces., Agapita
19	S.	Ludwika b., Juliusza
20	N.	**12 po Św.**, Bernarda
21	P.	Joanny Franc. wd. ☽
22	W.	Tymoteusza m., Hipolita
23	S.	Filipa Ben. Wiktora
24	C.	Bartłomieja ap. Romana
25	P.	Ludwika kr. Grzeg.
26	S.	M.B. Częstochowskiej
27	N.	**13 po Św.**, Józefa K.
28	P.	Augustyna b. dK.
29	W.	Scięcie Jana Chrz. ☺
30	Ś.	Róży Lim., Piotra w.
31	C.	Paulina b., Marka m.

Przysłowia

Czego sierpień nie dowarzy — tego wrzesień nie doparzy.

Na Pańskie Przemienienie, lepsze gospodarza mienie.

Pamiętne dni w rodzinie

....

....

....

....

....

....

....

....

W GOSPODARSTWIE ROLNYM. Pod rzepak wywozić nawóz, kończyć żniwa owsów, zbierać grykę, przystąpić do zbioru roślin strączkowych, sprzątać koniczyny i drugi pokos traw, zasiewać jęczmień ozimy i zbierać seradelę nasienną. Podorywać ścierniska, a przed tym podorane sprężynować, wałować i bronować pod siew ozimin. Zamówić nawozy sztuczne pod oziminy. Młócić ziarno do siewu ozimego i czyścić na wialni, młynku i tryjerze. Owsa świeżego koniom nie dawać, dopóki się nie wypoci, a i potem mieszać pół na pół ze starym. Siać nawozy zielone (jako poplony) i po zasiewie wałować.

W SADZIE. Zbiór jabłek i gruszek na kilka dni przed dojrzeniem, delikatniejsze odmiany wysyłać, przekładając miękkim papierem lub wełną drzewną. Rozpoczyna się zbiór śliwek — zbierane z matowym nalotem są ładniejsze. Przeglądać opaski chwytne. Opadki zbierać na przetwory lub spasać nierogacizną. Zniekształcone śliwki — torbiele i monilię na wiśniach zbierać i palić. Przygotować miejsce pod truskawki i poziomki, sadzić je w drugiej połowie miesiąca. 3-letnie truskawczarnie kasować. Poplamione liście agrestu, porzeczek, malin i winorośli odpowiednio skrapiać.

W OGRODZIE WARZYWNYM. Siew szpinaku i rzodkiewki. Zbiór dymki. W dalszym ciągu pielenie i spulchnianie ziemi.

W PASIECE. Stopniowo usuwać nadstawki. Sprawdzać siłę gniazd, ilość miodu na zimę, ewentualnie podkarmiać, bronić przed rabunkiem, nakładać poduszki, regulować wyloty.

Z FUZJĄ NA RAMIENIU. W sierpniu wolno polować: przez cały miesiąc na sarny - kozły, dzikie - kaczory, dzikie kaczki i młode, od połowy miesiąca na jelenie, daniele - byki. Poza tym przez cały rok wolno polować na drapieżce i szkodniki. Inna zwierzyna podlega przepisom o czasie ochronnym.

1	P.	Bronisławy p., Idziego
2	S.	Stefana kr., Filipa m.
3	N.	14 po Św., Szymona
4	P.	Rozalii p., Róży W. p.
5	W.	Wawrzyńca Just. patr.
6	S.	Zachariasza pror. ☾
7	C.	Melchiora Grodz.
8	P.	Narodzenie NMP
9	S.	Jacka i Aleks. mm.
10	N.	15 po Św. Mikołaja
11	P.	Prota i Jack mm.
12	W.	Najśw. Imienia Marii
13	S.	Filipa m., Juliana m. ●
14	C.	Podw. Św. Krzyża
15	P.	M. B. Bol., Nikodema
16	S.	Kornela p., Łucji m.
17	N.	16 po Św., St. św. Fr.
18	P.	Józefa w., Ireny p.
19	W.	Januarego b. m. Konst.
20	S.	Suchedni, Eustachego ☽
21	C.	Mateusza ap. ew.
22	P.	Suchedni, Tomasza b.
23	S.	Suchedni, Tekli p. m.
24	N.	17 po Św., NMP w. n.
25	P.	Kleofasa m., Pawła m.
26	W.	Cypriana m. Justyny
27	S.	Kosmy i Damiana mm.
28	C.	Wacława kr., Marka ○
29	P.	Michała archanioła
20	S.	Hieronima dK.

Przysłowia

Gdy noc jasna na Michała, to nastąpi zima trwała.

We wrześniu gdy tłuste ptaki — mróz w zimie nie ladajaki.

Gdy na Narodzenie pogodnie — będzie tak całe tygodnie.

Pamiętne dni w rodzinie

....

....

....

....

....

....

W GOSPODARSTWIE ROLNYM. We wrześniu trzeba kończyć uprawę pod zasiewy żyta i pszenicy, orać koniczyska, sprężynować je i bronować pod koniec miesiąca. Następnie wykonywujemy zasiewy ozimin i zaprawiamy ziarno do siewu. Po zasiewie wykonywać przegony. Zbiór prosa, kukurydzy, lnu, konopi i tytoniu przypada we wrześniu. Len moczyć. Rzepak ozimy pielić i motykować. Liści z buraków nie obrzynać. Wcześniejsze odmiany ziemniaków wykopywać. Paszę zieloną na zimę kosić i prasować.

W SADZIE. W początku miesiąca kończyć wszelkie zasilanie drzew i krzewów z wyjątkiem wapna, które dobrze jest rozsypać pod drzewami i krzewami. Przy zbiorze reszty owoców nie strząsać ich (z wyjątkiem węgierek), oraz nie rzucać do koszów. Zbiór stopniowy w miarę pory dojrzewania, owoce zimowe na końcu. Przed ulokowaniem w piwnicy — przechowywać w miejscu przewiewnym dla odparowania. W końcu miesiąca zakładać opaski lepne w celu wyłapywania szkodników. Kończyć sadzenie truskawek.

W OGRODZIE WARZYWNYM. Zbiór stopniowy wszelkich warzyw. Zakładać plantacje rabarbaru.

W OGRODZIE OZDOBNYM. Szykować miejsca pod sadzenie drzew i krzewów.

W PASIECE. W początku miesiąca kończyć podkarmianie. Z nadejściem chłodów dać maty boczne.

Z FUZJĄ NA RAMIENIU. We wrześniu wolno polować: na kuropatwy, jelenie, daniele - byki, sarny - kozły, dzikie kaczory, dzikie kaczki i młode. Poza tym przez cały rok wolno polować na drapieżce i szkodniki. Inna zwierzyna podlega przepisom o czasie ochronnym.

PAŹDZIERNIK 31 dni

1	N.	**18 po Św.,** NMP. R.
2	P.	Aniołów Stróżów
3	W.	Teresy od Dz. Jezus
4	S.	Franciszka z Assyżu
5	C.	Apolinarego b. w.
6	P.	Brunona W., Rom.
7	S.	Marka p., Marcola m.
8	N.	**19 po Św.,** Piotra m.
9	P.	Dionizego b. m. Ludw.
10	W.	Franciszka B.
11	S.	Placydy
12	C.	Serafina w. Cypr.
13	P.	Edwarda kr., Teofila
14	S.	Kaliksta I p. m.,
15	N.	**20 po Św.,** Teresy p.
16	P.	Jadwigi ks., Gerarda
17	W.	Małgorzaty Alac.
18	S.	Łukasza ew.
19	C.	Piotra w., Pelagii p. m.
20	P.	Jana Kantego
21	S.	Urszuli p. m.
22	N.	**21 po Św.,** Korduli
23	P.	Seweryna b., Ignac.
24	W.	Rafała Arch.
25	S.	Kryspina m., Prota k.
26	C.	Ewarysta p. m.
27	P.	Sabiny m., Wincentego
28	S.	Szymona i Tad.
29	N.	**22 po Św.,** Chr. Kr.
30	P.	Marcelego żołn. m.
31	W.	Urbana m.

Przysłowia

Październik chodzi po kraju i wygania ptactwo z gaju.

Grzmot październikowy — niestatek zimowy.

Na świętego Szymona i Judy, spodziewaj się śniegu i grudy.

Pamiętne dni w rodzinie

....

....

....

....

....

....

W GOSPODARSTWIE ROLNYM. W październiku kończyć zasiewy ozimin, głównie pszenicy i przystąpić do kopania ziemniaków i robienia kopców. Zasiewamy żyto na ziemniaczyskach, o ile tak wypada z płodozmianu. Dokonywujemy zbioru buraków, marchwi, brukwi i rzepy, przy czym wybieramy wysadki na nasienie. Równocześnie odbywa się okopywanie rzepaku oraz sprężynowanie i bronowanie (z wygrabianiem perzu) podorywek.

Słabsze oziminy siane we wrześniu, pod koniec miesiąca, dobrze jest saletrować lub zasilać gnojówką, o ile siew był w szerokie rzędy, wówczas motykować. Przystąpić trzeba już do orki ziem uraczyska, orka głębsza pod jarzyny i okopowe. Łąki musimy nawadniać i zasilać nawozami sztucznymi.

W SADZIE. Przygotować piwnicę do zimowania owoców. Nawozić i uprawiać sad, szykować teren pod nowy sad, kopać doły. Wyłamywać stare pędy malin i palić je.

W OGRODZIE WARZYWNYM. Zbiór reszty warzyw, oczyszczenie ich i przygotowanie do przechowania. Przygotować piwnice. Ściąć i spalić łęciny szparagowe. Kopcować warzywa na zimę. Tępić perz. Nawozić i uprawiać warzywnik. Przerabiać komposty. Siew na zimę pietruszki, marchwi i szpinaku. Zbiór ostatnich kalafiorów. Szykować ziemię inspektową. Chować pod dach skrzynie, okna inspektowe i maty.

W OGRODZIE OZDOBNYM. Rozpocząć w końcu miesiąca sadzenie drzew i krzewów. Stare trawniki nawieźć i uprawić. Szykować wiosenne kwietniki.

W PASIECE. Zbadać daszki i nóżki uli, czy nie ma szpar, zmniejszyć wyloty. Przenosić ule do ziebnika.

Z FUZJĄ NA RAMIENIU. W październiku wolno polować: przez cały miesiąc na kuropatwy, jelenie, daniele - byki, sarny - kozły, dzikie kaczory, dzikie kaczki i młode, od połowy miesiąca na dzikie indyki (samce i samice). Poza tym przez cały rok wolno polować na drapieżce i szkodniki.

LISTOPAD — 30 dni

1	Ś.	**Wszyst. Świętych**
2	C.	Dzień Zaduszny
3	P.	Huberta b., Hilarego
4	S.	Karola Boromeusza b.
5	N.	**23 po Sw.**, Zachar.
6	P.	Feliksa m., Leonarda
7	W.	Antoniego m.
8	S.	Sewera m., Wiktoryna
9	C.	Aleksego m., Ursyna w.
10	P.	Andrzeja z Aw.
11	S.	Marcina b. w.
12	N.	**24 po Sw.**
13	P.	Stanisława Kostki
14	W.	Józefata b. m.
15	S.	Gertrudy p., Feliksa
16	C.	M. B. Ostrobramskiej
17	P.	Salomei p., Grzegorza
18	S.	Romana m., Tomasza
19	N.	**25 po Sw.**, Elżb.
20	P.	Feliksa Wal., Grzeg.
21	W.	Ofiarowanie NMP.
22	S.	Cecylii p. m., Marka
23	C.	Klemensa I p. m.
24	P.	Jana od Krzyża, Flory
25	S.	Katarzyny p. m.
26	N.	**26 po Sw.**, Sylwestra
27	P.	Waleriana b., Jakuba
28	W.	Urbana b., Szczepana m.
29	S.	Błażeja m., Saturn.
30	C.	Andrzeja ap. Justyny

Przysłowia

Na Wszystkich świętych sztuka — utnij gałąź buka — gdy soku niema, ostra będzie zima.

Na świętego Andrzeja — trza kożucha dobrodzieja.

Święty Marcin po wodzie, Boże Narodzenie po lodzie.

Pamiętne dni w rodzinie

....

....

....

....

....

....

W GOSPODARSTWIE ROLNYM. W listopadzie jest czas na wapnowanie i nawożenie marglem pól uprawnych i łąk, osuszanie pól, czyszczenie rowów na łąkach i polach, przebieranie zamulonych przegonów i brózd, drenowanie, zużytkowanie torfowisk i innych nieużytków, utrwalanie piasków i sadzenie wikliny koszykarskiej. Prócz tego następuje przyorywanie na glebach cięższych nawozów zielonych, wywożenie nawozu, zwożenie torfu i paliwa, nawożenie łąk kompostem, kiszenie i prasowanie paszy na zimę. Wreszcie wykonywujemy orkę głęboką pod jare i okopowizny.

W SADZIE. Nawieźć i uprawić ziemię pod drzewami i krzewami. Wykonać jesienne cięcie winorośli. Dalej sadzić drzewa i krzewy, delikatniejsze zabezpieczać przed mrozem. Można stosować jesienne skrapianie cieczami owado i grzybobójczymi.

W OGRODZIE WARZYWNYM. Przed nadejściem mrozów wzmocnić okrycie kopców. W piwnicy dołować kapustę, kalafiory, karczochy, na półkach można przechować pomidory. Przewietrzać cebulę na sładzie. Ziemię i nawóz z inspektów zebrać na gromadę, przestrzeń przeznaczoną pod inspekty okryć liśćmi.

W OGRODZIE OZDOBNYM. Grabić liście, przyszykować okrycie dla róż, a z nadejściem mrozów okryć je jak również inne delikatniejsze krzewy. Usuwać suche gałęzie. Ciąć szpalery i żywopłoty.

W PASIECE. Regulować wylot w celu przewietrzenia. Zabezpieczyć od szkodników pszczoły i zapasową woszczyznę.

Z FUZJĄ NA RAMIENIU. W listopadzie wolno polować: na kuropatwy (województwa zachodnie i centralne prócz białostockiego), zające - szaraki, bielaki, dzikie kaczory, dzikie kaczki i młode.

GRUDZIEŃ 31 dni

1	P.	Mariana, Natalii	
2	S.	Pauliny m. Aurelii	
3	N.	**1 Adw.,** Franciszka	☾
4	P.	Barbary p. m. Piotra	
5	W.	Juliusza m., Jana Cud.	
6	S.	Mikołaja b., Piotra m.	
7	C.	Ambrożego b., dk.	
8	P.	**Niep. Pocz. NMP**	
9	S.	Walerii p. m. Juliana	
10	N.	**2 Adw.,** NMP Lor.	●
11	P.	Damazego p. w.	
12	W.	Aleksandra m., Just.	
13	S.	Łucii p. m. Eugen.	
14	C.	Izydora m., Teodora	
15	P.	Waleriana b., Antoniego	
16	S.	Euzebiusza b. Albiny	
17	N.	**3 Adw.,** Floriana m.	
18	P.	Wiktora, Wiktoryny	☽
19	W.	Urbana V p., Grzeg.	
20	S.	Suchedni, Teofila m.	
21	C.	Tomasza ap. Jana m.	
22	P.	Suchedni, Zenona m.	
23	S.	Suchedni. Wiktorii p.	
24	N.	**4 Adw.,** Wigilia B. N.	
25	P.	**Boże Narodzenie**	
26	W.	**Szczepana m.**	
27	S.	Jana ap. ew.	☺
28	C.	Młodzianków Ant.	
29	P.	Tomasza b., Marcela	
30	S.	Eugeniusza b.f Sewera	
31	N.	Sylwestra b., Pauliny	

Przysłowia

Święta Barbara po wodzie — Boże Narodzenie po lodzie.

Na Adama pięknie — zima prędko pęknie.

Wigilia piękna — jutrznia jasna — zboża wiele, stodoła ciasna.

Pamiętne dni w rodzinie

....

....

....

....

....

....

W GOSPODARSTWIE ROLNYM. Pola pozostałe do zorania zorać na ostrą skibę i nie bronować. O ile dajemy nawóz, to pługiem oraz co 6 cali, a za pługiem puścić pogłębiacz. W razie, gdy woda stoi na oziminach natychmiast spuścić ją do przegonów. Pielęgnować świeżo narodzone cielęta. Zwrócić uwagę na matki przed ocieleniem (patrz poradnik weterynaryjny). Zwozić materiały opałowe, budowlane. Rąbać i zwozić lód. Zakładać trutki tyfusu mysiego przy stertach. Założyć rachunkowość.

W SADZIE. Zbierać i niszczyć gniazda szkodników. Przygotować paliki do nowych drzewek, zamawiać drzewka, reparować narzędzia. Przeglądać owoce w piwnicy. W ogrodzie ozdobnym i pasiece patrz listopad.

W OGRODZIE WARZYWNYM. W razie odwilży wietrzyć kopce przy pomocy wietrzników, również piwnice i wszelkie składy z warzywami. Przebierać cebulę i usuwać zepsutą i wyrośniętą. Reparować skrzynie inspektowe, szklić okna, szyć maty. W odwilż odsiewać komposty, odrzucając części nieprzygniłe do nowych gromad, które przed zimą winny być przerobione i ułożone w kształcie niskich pryzm, które można znakomicie zasilać nawozami płynnymi i kloacznymi.

Z FUZJĄ NA RAMIENIU. W grudniu wolno polować: przez cały miesiąc na zające - szaraki, bielaki, bażanty - koguty dzikie kaczory, dzikie kaczki i młode, od połowy miesiąca, na niedźwiedzie i rysie. Poza tym przez cały rok wolno polować na drapieżce i szkodniki. Inna zwierzyna podlega przepisom o czasie ochronnym.

KALENDARZ NA ROK 1940

Styczeń

N	—	7	14	21	28
P	1	8	15	22	29
W	2	9	16	23	30
Ś	3	10	17	24	31
C	4	11	18	25	
P	5	12	19	26	
S	6	13	20	27	

Luty

N	—	4	11	18	25
P	—	5	12	19	26
W	—	6	13	20	27
Ś	—	7	14	21	28
C	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	
S	3	10	17	24	

Marzec

N	—	3	10	17	24	31
P	—	4	11	18	25	
W	—	5	12	19	26	
Ś	—	6	13	20	27	
C	—	7	14	21	28	
P	1	8	15	22	29	
S	2	9	16	23	30	

Kwiecień

N	—	7	14	21	28
P	1	8	15	22	29
W	2	9	16	23	30
Ś	3	10	17	24	
C	4	11	18	25	
P	5	12	19	26	
S	6	13	20	27	

Maj

N	—	5	12	19	26
P	—	6	13	20	27
W	—	7	14	21	28
Ś	1	8	15	22	29
C	2	9	16	23	30
P	3	10	17	24	31
S	4	11	18	25	

Czerwiec

N	—	2	9	16	23	30
P	—	3	10	17	24	
W	—	4	11	18	25	
Ś	—	5	12	19	26	
C	—	6	13	20	27	
P	—	7	14	21	28	
S	1	8	15	22	29	

Lipiec

N	—	7	14	21	28
P	1	8	15	22	29
W	2	9	16	23	30
Ś	3	10	17	24	31
C	4	11	18	25	
P	5	12	19	26	
S	6	13	20	27	

Sierpień

N	—	4	11	18	25
P	—	5	12	19	26
W	—	6	13	20	27
Ś	—	7	14	21	28
C	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
S	3	10	17	24	31

Wrzesień

N	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
W	3	10	17	24	
Ś	4	11	18	25	
C	5	12	19	26	
P	6	13	20	27	
S	7	14	21	28	

Październik

N	—	6	13	20	27
P	—	7	14	21	28
W	1	8	15	22	29
Ś	2	9	16	23	30
C	3	10	17	24	31
P	4	11	18	25	
S	5	12	19	26	

Listopad

N	—	3	10	17	24
P	—	4	11	18	25
W	—	5	12	19	23
Ś	—	6	13	20	27
C	—	7	14	21	28
P	1	8	15	22	29
S	2	9	16	23	30

Grudzień

N	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
W	3	10	17	24	31
Ś	4	11	18	25	
C	5	12	19	26	
P	6	13	20	27	
S	7	14	21	28	

Poznajmy świat

KRÓTKA ENCYKLOPEDIA GEOGRAFICZNA

A.

Aa — rz. inflancka, ujście do zat. Ryskiej.
Aa — rz. kurlandzka, ujście do Bałtyku.
Aachen — zob. Akwizgran.
Aar — lewy dopływ Renu.
Aargau (Argowia) — kanton Szwajcarii płn.
Abacja — wł. stacja klim. i miejsc. kąpielowa pod Fiume.
Aberdeen — m. port. w płn.-wsch. Szkocji.
Abo — port finlandzki nad zat. Botnicką.
Aconcagua — najw. szczyt wulkan. w Andach chilijskich Am. Płd.
Adelajda — stol. Australii Płd., port.
Aden — ufortyf. port bryt. u płd.-zachodn. krańca Arabii nad zat. A.
Adrianopol — m. w Tracji tureckiej.
Adriatyckie morze — część wsch. m. Śródziemnego pom. półw. Apenińskim a Bałkańskim.
Adryga — rz. płn. Włoch, ujście do Adriatyku.
Aix-les-Bains — miejsc. klim. w płd. Francji.
Ajaccio — stol. i port. wyspy Korsyki.
Akwizgran (niem. Aachen) — m. w niem. Prowincji Nadreńskiej.
Alabama — płd. stan St. Zj. A. P.
Alandzkie wyspy — archipelag na Bałtyku w zat. Botnickiej.
Alaska — płn.-zach. półwysep Am. Płn.
Alberta jezioro — jezioro w środk. Afryce.
Aleksandria — port Egiptu w delcie Nilu.
Alep — m. w płn. Syrii.
Aleuckie wyspy — łańcuch wysp w przedłużeniu Alaski.
Algier — kolonia franc. w płn. Afryce ze stol. i portem A. nad m. Śródziemnym.
Allahabad — m. w Indiach Bryt.
Allegańskie Góry — system górski zach. St. Zj. A. P.
Alpy — pasmo górskie w Europie Środk.
Alzacja — prow. francuska między Wogezami a lewym brzegiem Renu.
Ała-Tau — łańcuch górski w Azji środk.
Ałtaj — łańcuch górski między Syberią środk. a Mongolią.
Ałtyntag — łańcuch górski w Azji środk.
Amazonka — rz. Am. Płd. ujście do Atlantyku.
Amsterdam — m. i port Holandii.
Amu-Daria — rz. w Turkiestanie, ujście deltą do m. Aralskiego.
Amur — rz. w Azji wsch., ujście do m. Ochockiego.
Andaluzja — dzielnica płd. Hiszpanii.
Andora — republ. w Pirenejach wsch.
Andy (lub Kordyliery) — łańcuch górski w Am. Płd. nad oc. Spokojnym.
Angeles (Los) — m. portowe w stanie Kalifornii (St. Zj. A. P.) nad oc. Spokojnym.
Anglia — część wyspy W. Brytanii.
Angola — kolonia portug. w płd.-zach Afryce.
Angora — patrz Ankara.
Anhalt — zw. republika niemiecka.
Ankara — stol. Turcji (Azja Mniejsza).
Ankona — ufortyf. port włoski nad Adriatykiem.
Annam — królestwo na półw. Indochińskim.
Antwerpia — port i forteca belgijska.
Antyle — łańcuch wysp między płn. i płd. Ameryką.
Antylskie morze (lub Karybskie) — pom. Antylami a wybrzeżem Am. płd. i środk.
Apeniny — główny łańcuch górski Italii.
Appenzell — kanton płn.-wsch. Szwajcarii z gł. m. A.
Arabski półwysep — półw. Azji płd.-zach.
Arabskie morze — płn.-zach. część oc. Indyjskiego.
Aragonia — dzielnica płn. Hiszpanii.
Araks — pr. dopływ rz. Kwy w Armenii.
Aralskie morze — jezioro w Turkiestanie.
Ararat — wulkan w Armenii.
Archangielsk — m. port. obok ujścia Dźwiny do m. Białego, w płn. Rosji europ.
Ardeny — płn.-zach. część gór Nadreńskich.
Argony — wyżyny w płn.-wsch. Francji.
Argun — rz. w Azji wsch., między Mandżurią i Syberią; dolny bieg — Amur.

Arizona — płd.-zach. stan St. Zj. A. P.
Arkansas — pr. dopływ rz. Mississippi.
Arkansas — płd. stan St. Zj. A. P.
Arktyczny Ocean — patrz Lodowaty Płn. oc.
Arktyda — kraje i wyspy dokoła bieguna płn.
Armenia — górzysty kraj w Azji Zachodniej.
Arno — rz. w Toskanii (płn.-zach. Italia).
Assam — prow. w płn.-wsch. Indiach bryt.
Assuan — m. i miejsc. klim. w górnym Egipcie.
Astrachań — m. w delcie Wołgi.
Asuncion — stol. Paragwaju (Am. Płd.).
Atacama — kraj pustynny w płn. Chile (Am. Płd.).
Ateny — stol. Grecji z portem Pireus.
Atlantycki Ocean — ocean pom. Europą, Afryką i Ameryką.
Atlas — system górski w płn.-zach. Afryce.
Auckland — m. na wyspie N. Zelandii.
Augsburg — m. w Bawarii.
Awinion — m. nad Rodanem w płd. Francji.
Azja Mniejsza — płw. Azji zach.
Azorskie wyspy — archipelag portug. na Atlantyku na zach. od płw. Pirenejskiego.
Azowskie morze — m. w płd. części Rosji europ, połączone z m. Czarnym.

B.

Bab-el-Mandeb — cieśnina pomiędzy m. Czerwonym a oc. Indyjskim.
Baden — płd.-zach. republ. związk. Niemiec.
Baden — miejsc. kuracyjna w b. Austrii Dolnej.
Baden-Baden — miejsc. kuracyjna w republ. Baden.
Baffina Ziemia — wyspa u płn.-wsch. wybrzeży Am. Płn., oddzielona zat. B. od Grenlandii.
Bagdad — stol. Iraku nad Tygrysem.
Bahama wyspy — archip. bryt. na Atlantyku, na wsch. od Florydy.
Bahia (San Salvador da) — port w Brazylii nad Atlantykiem.
Bajkał — jezioro w poł.-wsch. Syberii.
Baku — m. na Kaukazie.
Baleary — wyspy hiszp. na m. Śródziemnym.
Baltimore — m. port. w stanie Maryland.
Bałkany (Bałkańskie góry) — góry w Bułgarii.
Bałkański półwysep — płd.-wsch. półwysep Europy.
Bałtyckie morze — morze w płn. Europie.
Bangkok — stol. Syjamu nad rz. Menam.
Bangweolo — jez. w Afryce środk.
Barcelona — m. port. w płn.-wsch. Hiszpanii nad m. Śródziemnym.
Bassa cieśnina — pomiędzy Australią i Tasmanią.
Batawia — stol. wsch.-holend. Indyj, port na płn. wybrzeżu Jawy.
Bawaria — płd. republika Niemiec.
Bazylea — m. w płn.-zach. Szwajcarii.
Bejrut — gł. port Syrii.
Belfast — port w płn.-wsch. Irlandii.
Belgrad (Białogród) — stol. Jugosławii.
Beludżystan — prow. bryt.-ind. w Azji zach.
Belt Wielki i Mały — 2 cieśniny pomiędzy m. Północnym a Bałtykiem.
Benares — m. w Indiach bryt.
Bengalia — płn.-wsch. prow. Indyj bryt.
Bengalska zatoka — część oceanu Indyjskiego.
Bergen — m. port. w płd.-zach. Norwegii.
Beringa cieśnina — pomiędzy płn.-wsch. krańcem lądu Azji a płn.-zach. krańcem lądu Am. Płn.
Beringa morze — płn.-wsch. część oc. Spokojnego.
Berlin — stol. Prus i Rzeszy Niem.
Bermudy — archipelag bryt. na Atlantyku na wsch. od Am. Płn.
Berno — płn.-zach. kanton Szwajcarski ze stol. B.
Berno Morawskie — zob. Brno.
Besarabia — płn.-wsch. część Rumunii.
Białe morze — zatoka oc. Lodowatego.
Białogród — zob. Belgrad.
Biarritz — miejsc. kąpiel. nad zat. Biskajską (Francja).
Bilbao — m. w płn.-wsch. Hiszpanii.
Birma — wsch. prow. Indyj bryt.
Birmingham — m. w Anglii środk.
Biwa — jez. w Japonii na wyspie Hondo.
Bochum — m. w Westfalii pruskiej.
Bodeńskie jezioro — jez. pom. Szwajcarią i Niemcami.
Bogota — stol. Kolumbii (Am. Płd.).
Boh — rz. na Ukrainie, ujście do m. Czarnego.
Bolonia — m. w płn. Italii.
Bombaj — port i twierdza na wyspie B. u zach. wybrzeża Indyj bryt.
Bordeaux — port nad rz. Garonną.
Borneo — wysp. bryt. i holend. w grupie wysp Sunda (Azja płd.-wsch.).
Bornholm — wyspa duńska na Bałtyku.
Bosfor — cieśnina, łącząca m. Czarne z m. Marmara.

Boston — port St. Zj. A. P. nad Atlantykiem.
Bośnia — kraj na półwyspie Bałkańskim (Jugosławia).
Botnicka zatoka — płn. część Bałtyku.
Bramaputra — rz. Azji płd. ujście w delcie Gangesu.
Brandenburgia — wsch. prow. Prus.
Brema — port w płn. Niemczech, nad rz. Wezerą.
Breslau — zob. Wrocław.
Bretania — płn.-zach. półwys. Francji.
Brisbane — stol. i port Queenslandu (Australia wsch.).
Bristol — m. port. płd.-zach. Anglii.
Brno (Berno Morawskie) — stol. Moraw.
Brocken — najw. szczyt w górach Harzu (środk. Niemcy).
Bruges — m. w płd.-zach. Belgii.
Bruksela — stol. Belgii.
Brunświk — środk. republika Niemiec.
Brytania Wielka — wyspa na m. Północnym.
Buchara — m. w Turkiestanie ros.
Budapeszt — stol. Węgier.
Buenos Aires — stol. Argentyny (Am. Płd.).
Buffalo — m. na wsch. brzegu jez. Erie.
Bukareszt — stol. Rumunii.
Bukowina — prow. rumuńska między Czeremoszem i Dniestrem.
Burgundia — wsch. prow. Francji.
Bytom — m. na Śląsku pruskim.

C.

Calais — port franc. w cieśn. Pas-de-Calais.
Cambridge — stol. hr. Cambridge (Anglia).
Cannes — stacja klim. w dep. Alpes Marit. (Francja).
Canossa — wieś w prow. modeńskiej (Italia płn.).
Capri — wyspa w zatoce neapolitańskiej (Italia).
Caracas — stol. Wenezueli (Am. Płd.).
Cardiff — port w Walii (Anglia zachodnia).
Cartagena — port w prow. Murcia, nad m. Śródziemnym.
Casablanka — port w Maroku nad Atlantykiem.
Cassel — stol. prow. Hessen-Nassau (Niemcy).
Catania — port na Sycylii.
Cefalania — najw. z wysp Jońskich (Grecja).
Cejlon — wyspa na płd.-wsch. od płd. cypla Indyj.
Celebes — jedna z wysp Indyjskich na oc. Indyjskim.
Ceram lub Serang — wyspa w Molukkach (Indie wsch.).
Cetynia — była stol. Czarnogórza (Jugosławia).
Chamonix — stacja klimatyczna w Alpach franc.
Charków — stolica Ukrainy.
Cherleston — m. port. w stanie Karoliny.
Chartum — stol. Sudanu anglo-egipskiego.
Chemnitz — m. w Saksonii.
Cherbourg — m. port. nad Atlantykiem (Francja).
Chesterfield — m. w Anglii środk.
Chicago — m. w St. Zj. A. P.
Chocim — m. w Besarabii (Rumunia).
Christiania — ob. Oslo.
Cleveland — m. w stanie Ohio w St. Zj. Am. Płn.
Colombo — stol. i port wyspy Cejlonu.
Constanza — ob. Konstanza.
Cordoba — stol. prow. Cordoba w Andaluzji (Hiszpania).
Coventry — m. w hr. Warwick (Anglia środk.).
Cowes — m. port. kąpiele morskie na wyspie angielskiej Wight.
Curaçao — kolonia holenderska stol. Willemstad.
Cuszyma — wyspa w cieśninie Koreańskiej.
Cypr — wyspa na morzu Śródziemnym.
Czad — jezioro wielkie słodkowodne w Sudanie.
Czarne morze — morze między półw. bałk., Azją Mniejszą a Kaukazem.
Czemulpo — gł. port na Korei.
Czerniowce — stol. Bukowiny (Rumunia).
Czerwone morze — płn.-zach. odnoga oc. Indyjskiego, pomiędzy Arabią i Afryką.

D.

Dacca — m. port. w Bengalii (Indie bryt.).
Dardanele — cieśnina łącząca morze Marmara z morzem Egipskim.
Darmstadt — stol. Hesji (Niemcy).
Darwin — dawn. Palmerston gł. port Australii płn.
Davos — stacja klimatyczna w Szwajcarii.
Dayton — m. w stanie Ohio (St. Zj. Am. Płn.).
Deauville — kąpiele morskie w Normandii.
Delhi — stol. Indyj brytyjskich.
Denver — stol. stanu Kolorado (St. Zj. Am. Płn.).
Derby — stol. hr. Derby (Anglia).

Dessau — stol. republ. Anhalckiej (Niemcy).
Detroit — m. port. w stanie Michigan (St. Zj. Am. Płn.).
Dieppe — m. port. w Normandii.
Dniepr — rz. w Rosji, płynie z wyżyny Wałdajskiej do m. Czarnego.
Dniestr — rzeka, płynie z Beskidu wsch. do morza Czarnego.
Dobrej Nadziei Przylądek — płd. kraniec lądu Afryki.
Don — rzeka, wypływa z gub. Kurskiej, ujście do morza Azowskiego.
Doniec — prawy dopływ Donu.
Dorpat — m. w Estonii, nad rz. Embach.
Dortmund — m. w Westfalii (Prusy).
Dover — m. port.-handl. (Anglia płd.).
Drezno — stol. rep. saksońskiej (Niemcy).
Dubissa — pr. dopływ Niemna.
Dublin — stol. Irlandii.
Duero — rzeka półwyspu Iberyjskiego.
Dunaj — rzeka, wypływa z Badenii, wpada do morza Czarnego.
Dunkierka — m. port. nad morzem Północnym we Francji.
Duńska cieśnina — pomiędzy Grenlandią i Islandią na Atlantyku.
Durazzo — m. port. nad Adriatykiem w Albanii.
Dyneburg — m. pow. w Estonii.
Dżaipur — stol. państwa D. w Radżputanie (Indie bryt. płn.-zach.).
Dżanagarn — stolica państwa hołd. w prow. bombajskiej (Indie bryt.).
Dżibuti — stol. franc. Somalisu.

E.

Ebro — rz. półw. Iberyjskiego w płn.-wsch. Hiszpanii.
Edwarda jezioro — w Afryce równikowej wsch.
Edynburg — stol. Szkocji nad rzeką Leith.
Elba — rz. Europy środk. wypł. z zach. Karkonoszy (Gór Olbrzymich) wpada do morza Płn.
Elba — wyspa włoska na morzu Śródziemnym.
Elbląg — m. pow. w Prusach wsch. (Niemcy).
Ellis-Island — wyspa w porcie N. Jorku.
Ems — kąpiele lecznicze w rej. wiesbadeńskim n. rz. Lahn (Niemcy).
Epsom — m. w hr. Surrey (Anglia płd.-wsch.).
Erfurt — m. w Saksonii pruskiej n. rz. Gerą.
Essen — m. w rej. düsseldorfskim (Prusy) nad rz. Ruhrą.
Etna — najwyższy czynny wulkan Europy na Sycylii.
Eton — m. w hr. Buckingham (Anglia).
Eubea — wyspa grecka na m. Egejskim.
Eufrat — rz. w Azji zach. wpada do zatoki perskiej.
Everest — najwyższy szczyt Himalajów.
Evian-les-Bains — stac. klim. nad jez. Genewskim (Francja płd.-wsch.).

F.

Falklandzkie wyspy — ang. archip. na Atlantyku stol. port Stanley.
Fall River — m. portowe (St. Zj. Am. Płn.).
Farran — grupa wysp koralowych na m. Czerwonym.
Fergana — m. w Turkiestanie.
Ferrara — stol. prow. Ferrara (Włochy Płn.).
Fez — stol. Marokka franc.
Fidżi — archip, na oceanie Spokojnym (Bryt.).
Filadelfia — m. w Pensylwanii (St. Zj. Am. Płn.).
Filipińskie wyspy — grupa wysp archip. Malajskiego (St. Zj. Am. Płn.).
Finsteraarhorn — najw. szczyt Alp Berneńskich (Szwajcaria).
Fińska zatoka — część Bałtyku między Finlandią i Estonią.
Fionia — wyspa duńska na Bałtyku; stol. Odense.
Fiume (chorw. Rjeka) — m. port. nad Adriatykiem, należące do Italii.
Florencja (Firenze) — stol. prow. Toskanii (Włochy).
Floryda — półwysep, stan Florida (St. Zj. Am. Płn.).
Fontainebleau — m. w dep. Seine-et-Marne (Francja).
Formoza — stol. Formozy, terytorium Argentyny (Am. Płd.).
Formoza — wyspa japońska na morzu chińskim.
Forte-de-France — stol. Martyniki (Antyle franc.).
Fort Worth — m. w stanie Texas.
Foxa cieśnina — odnoga morza Lodowatego.
Franciszka Józefa ziemia — archipelag na oceanie Płn. Lodowatym.
Franciszka kanał — łączy Dunaj z Cisą (Jugosławia).
Frankenwald — ob. Frankoński Las.

Frankfurt n/Menem — m. w Niemczech.
Frankfurt n/Odrą — m. w Brandenburgii.
Franklin Mount — góra w N.-Zelandii.
Frankoński Las — pasmo gór w Bawarii.
Friedrichshafen — m. w Wirtembergii nad jez. Bodeńskim.
Fryburg — stol. Kantonu F. w Szwajcarii.
Fryzyjskie wyspy — wydmy piaszczyste na morzu Północnym.
Fudżi Jama — wulkan (Japonia).
Funchal — gł. m. wyspy Madery.
Fusan — m. port. na płd. Korei (Japonia).

G.

Gabes — oaza w Tunisie płd. (Afryka płn.).
Gandawa — stol. Flandrii wsch. (Belgia) n. rz. Skaldą.
Ganges — główna rz. w bryt. Indiach zach.
Gangri — łańcuch górski w Tybecie.
Garda (Lago di) — najw. z jezior włoskich, przepływa przez nie rz. Mineio.
Gardeńskie jezioro — w Pomeranii pruskiej.
Garonna — trzecia co do wielkości rzeka Francji.
Gartok — stol. Tybetu zach. (Azja środk.).
Gaskońska zatoka — płd.-wsch. część zatoki Biskajskiej oc. Atlantyckiego.
Gastein — miejsc. lecznicza w Salzburgu (b. Austria).
Gdańsk — m. port. przy ujściu rz. Mołtawy do Wisły.
Gdańska zatoka — płd. część Bałtyku u brzegów Polski i W. M. Gdańska.
Genewa — stol. Kantonu Genewskiego w Szwajcarii przy wypł. Rodanu z jeziora Genewskiego.
Genewskie jezioro — najw. jezioro alpejskie.
Genezaret — jezioro w Galilei, przepływ Jordanu.
Genua — płn. port Italii nad zatoką Genueńską.
Georgetown — stol. Gujany bryt. n. rz. Demerara.
Gerlach — najw. szczyt w Tatrach.
Gibraltar — m. Andaluzji (Hiszp.) nad cieśniną G. łączącą Atlantyk z m. Śródziemnym.
Giza lub Gizeh — m. w Egipcie Górnym, nad rz. Nilem.
Glasgow — najw. m. w Szkocji przy ujściu rz. Clyde.
Gobi — pustynia w środk. Mongolii.
Gorce — pasmo górskie cz. Beskidów Wsch.
Gotard St. — tunel w kant. Schwyz (Szwajcaria).
Göteborg — m. port. w prow. Westergöttand (Szwecja).
Gotland — wyspa szwedzka na Bałtyku.
Granada — stol. prow. G. w Andaluzji (Hiszpania płd.).
Grays Peak — najw. szczyt łańcucha Kolorado w g. Skalistych (St. Zj. Am. Płn.).
Graz — stol. Styrii (b. Austria) nad rz. Mur.
Greenwich — cz. Londynu nad Tamizą.
Grenoble — stol. dep. Isère (Francja) nad rz. Isère.
Grunwald — w. na Mazowszu Pruskim (Prusy Wschodnie).
Guadelupa — 2 wyspy franc. w Małych Antylach.
Guatemala la Nueva — stol. rep. Guatemala (Am. Środk.).
Gudenaa — najw. rzeka w Danii, ujście do Randersfiordu w Kattegacie.
Gwadalkwiwir — najw. rzeka Hiszpanii płd. wpada do zatoki Kadyksu.
Gwinejska zatoka — na zach. wybrzeżu Afryki nad Atlantykiem.

H.

Hadżipur — m. nad Gangesem (Indie bryt.).
Haga — m. w Holandii.
Haifa — m. port. w Palestynie.
Hai-nan — najw. wyspa chińska w zat. Tonkińskiej.
Hai-phong — gł. port Tonkinu (Indoch. franc.).
Haiti — wyspa w Wielkich Antylach.
Halifax — m. w hr. Jork (Anglia).
Hamburg — wolne m. port. na pr. brzegu Elby.
Hamilton — nad jez. Ontario w Kanadzie.
Hamilton — m. stan. Ohio nad rz. Miami (St. Zjedn. Am. Płn.).
Hang-czau — zatoka na wybrzeżu Chin.
Hang-czau — stolica prowincji Cze-Kiang (Chiny).
Hang-Kiang — dopływ Jang-tse-Kiang.
Hankou — m. port. rzeczny Chin środk.
Hanower — stol. rej. hanowerskiego nad rz. Leine.
Harlem — stol. prow. Noord Holland (Holandia) nad rz. Spaarne.
Harz — masyw górski w Niemczech środk.
Havre(le) — m. port. przy ujściu Sekwany (Francja).
Hawai lub Sandwich — archipelag w Polinezji na oc. Spokojnym.
Hawana — stol. rep. Kuby w Antylach.
Hebrydy — archip. wysp na zach. wybrzeżu Szkocji.

Hebrydy Nowe — wyspy wulkaniczne na oc. Spokojnym.
Heidelberg — m. w Badenii (Niemcy).
Hekla — wulkan na wyspie Islandii.
Helena — stol. stanu Montana (St. Zj. Am. Płn.).
Helgoland — wyspa na m. Północnym (niem.).
Helsingfors — stolica Finlandii, nad zatoką fińską, port.
Hesja — republika w Rzeszy Niemieckiej.
Himalaje — najwyż. na ziemi góry między Tybetem a Indostanem.
Hoang-ho (Żółta rzeka) — najw. rz. w Chinach płn. wpada do m. Żółtego.
Hoi-hao — wolny port na wyspie Hai-nan (Chiny).
Holsztyn — cz. prow. pruskiej Szlezwig-Holsztyn.
Hollywood — m. w Kalifornii (St. Zj. Am. Płn.).
Hondo (Honsziu) — najw. wyspa Japonii.
Hong-Kong — wyspa ang. na płd. wybrzeżu Chin (w pobl. Kantonu).
Honolulu — stol. i gł. port wysp Hawai (St. Zj. Am. Płn.).
Hoorn — płd. skrajny przylądek Am. Płd. na wyspie H.
Hudson — rz. w stanie N. Jorku wpada do Atlantyku.
Hudsona cieśnina — w Am. Płn. łączy zatokę H. z Atlantykiem.
Hull — m. port. w Anglii.
Humań — m. pow. w gub. kijowskiej.

I.

Illinois — dopł. rz. Mississippi (St. Zj. Am. Płn.).
Illinois — jeden z najbogatszych stanów St. Zj. Am. Płn.
Iława — m. w Prusach Wschodnich.
Indaur (Indore) — stol. państwa hołd. w Indiach bryt.
Indianapolis — stol. stanu Indiana (St. Zj. Am. Płn.).
Innsbruck — stol. Tyrolu nad Innem (b. Austria).
Iran — wyżyna w Azji zach.
Irkuck — m. gub. na Syberii nad rz. Angara.
Isere — dopływ Rodanu (Francja).
Islandia — wyspa w półn. zach. Europie na Oc. Atlantyckim.
Istria — półwysep na płn.-wsch. Adriatyku.
Itaka — górzysta wyspa Jońska.

J.

Jafa — m. port. w Palestynie nad m. Śródziemnym.
Jahorlik — 1 dopływ Dniestru.
Jakuck — stol. republ. Jakuckiej nad rz. Leną (Syberia wsch.).
Jamajka — jedna z wysp w Wielkich Antylach.
Jampol — m. pow. w gub. podolskiej na Ukrainie, nad Dniestrem.
Jang-tse-Kiang — najw. rz. w Chinach, wpada do m. Żółtego.
Janina — stol. Epiru w płn.-zach. Grecji.
Jawa — jedna z wysp Sundzkich w holend. Indiach wsch.
Jekaterynburg — m. gub. w Rosji wsch. n. rz. Isetem.
Jekaterynosław — m. gub. na Ukrainie nad rz. Dnieprem.
Jena — m. w Turyngii nad rz. Saalą.
Jenisej — rz. w Syberii.
Jerozolima — stol. Palestyny.
Jersey — najw. z wysp. Anglo-Normandzkich w kanale La Manche.
Johannesburg — m. w Transvaalu (Unia płd. Afryki).
Jokohama — m. i gł. port handl. Japonii na wyspie Honda.
Jordan — gł. rzeka Palestyny.
Jukon — rz. w Alasce (St. Zj. Am. Płn.) wpada do m. Beringa.
Jungfrau — szczyt w Alpach berneńskich (Szwajcaria) 4.167 m.
Jutlandia — półwysep duński.

K.

Kahlenberg — góra w t. zw. Lesie wiedeńskim (odnoga Alp wsch.).
Kair — stol. Egiptu.
Kalabria — płd.-zach. półwysep Włoch płd.
Kaledoński kanał — kanał w Szkocji, łączący m. Północne z Atlantykiem.
Kalifornia — stan płd.-zach. St. Zj. Am. Płn.
Kalkuta — najw. miasto Indyj bryt. w prow. Bengalii nad rz. Hugli.
Kaluga — m. gub. w Rosji środk. nad rz. Oką.
Kambodża — król. w Indochinach fr. nad zat. Syjamską.
Kamczatka — półn.-wsch. półwysep Azji.
Kamerun — kraj Afryki zach.
Kanaan — nazwa zach. Palestyny.
Kanada — dominium W. Bryt. obejmujące obszar na płn. od St. Zj. Am. Płn.
Kanaryjskie wyspy — archipelag na zach. wybrzeżu Afryki.

Kanpur — m. nad rz. Ganges (Indie bryt.).
Kansas City — miasto w stanie Kansas (St. Zj. Am. Płn.).
Kansas City — miasto w stanie Missuri (St. Zj. Am. Płn.).
Kanton — m. port. nad rz. Czu-Kiang (Chiny).
Karaczi — m. port nad rz. Indus (Indie bryt.).
Karlsbad — miejscowość kuracyjna nad rz. Tepli (Niemcy).
Karlsruhe — stol. Badenii (Niemcy).
Karolina — Południowa, stan zach. St. Zjedn. Am. Płn. stol. Columbia.
Karolina — Północna, stan wschodni St. Zjedn. Am. Płn. stol. Raleigh.
Karoliny — wyspy Mikronezji na oc. Spokojnym.
Karpaty — pasmo górskie w środk. Europie.
Karun — najw. rz. płd.-zach. Persji.
Karyntia — kraj w b. Austrii zach.
Katalonia — kraina w Hiszpanii.
Kaukaz — kraj po obu stronach gór kaukazkich.
Kilonia — m. port. w Szlezwiku (Prusy).
Kiloński kanał — kanał łączący Bałtyk z m. Północnym.
Kioto — m. na wyspie Hondo (Japonia).
Kircholm — w. na Łotwie nad rz. Dźwiną.
Kissingen (Bad) — miejscowość kąpielowa w Bawarii (Niemcy).
Kiszyniów — gł. m. Besarabii (Rumunia).
Kłajpeda — m. port. nad zatoką Kurońską (Litwa).
Kobe — m. port. na wyspie Hondo (Japonia).
Kolonia — gł. m. Nadrenii nad rz. Ren (Prusy).
Kołobrzeg — m. port. w Pomeranii prus.
Kongo — rz. w Afryce środk.
Kongo — kolonia belg. i franc. w Afryce środk.
Konstantynopol — dawna stol. Turcji.
Kopenhaga — stol. Danii.
Korea — półwysep między m. Żółtym i Japońskim (Azja wsch.).
Korfu — wyspa archip. Jońskiego.
Kowno — stol. Litwy.
Kreta — najw. z wysp Greckich, między m. Egejskim i Śródziemnym.
Kronsztadt — gł. port wojenny na wyspie Kotlin w zat. Fińskiej (Rosja płn.).
Krymski półwysep — leży między m. Azowskim i Czarnym.
Kuba — najw. z wysp Antylskich.
Kurlandia — kraj nad m. Bałtyckim i zat. Ryską.
Kurytyba — stol. stanu Parana (Brazylia).

L.

Laagen — rz. w Norwegii, wpada do Skagerraku.
Laaland — wyspa duńska na płd. od Zelandii.
Lablador — płn.-wsch. półwysep Am. Płn.
Lac Leman — zob. genewskie jezioro.
Lago Maggiore — jezioro u stóp Alp (włosko-szwajc.).
Lagosta — wyspa na m. Adriatyckim.
Lahor — stol. ang. prow. Pendżab (Indie bryt.).
La Manche — cieśnina między Francją a Anglią.
Lan-czan — m. nad Hoang-ho (Chiny zach.).
Laponia — kraina płn. Europy nad Oceanem Płn. Lodowatym.
Lassa — stol. Tybetu.
Lena — rz. w Syberii wpada do oc. Lodowatego.
Leningrad (dawniej Petrograd) — m. w płn. Rosji nad rz. Newą.
Liang-Kiang — port w prow. Fu-Kien (Chiny wsch.).
Liban — łańcuch górski w Syrii (Azja).
Libawa — zob. Lipawa.
Libijska pustynia — wsch. część Sahary.
Lido — wyspy piaszczyste, oddzielone laguną wenecką od m. Adriatyckiego.
Lille — m. w płn. Francji.
Lima — stol. rep. Peru (Am. Płn.).
Limpopo — rz. w płd.-wsch. Afryce, wpada do Oc. Indyjskiego.
Lipawa (Libawa) — m. pow. w Kurlandii (Łotwa) nad m. Bałtyckim.
Lipawskie jezioro — na Łotwie, połączone kanałem z Bałtykiem.
Lipsk — najw. miasto w Saksonii nad rz. Elsterą.
Liverpool — m. i gł. port Anglii nad ujściem rz. Mersey do m. Irlandzkiego.
Lizbona — st. i gł. port Portugalii nad zat. i rz. Tajo.
Loara — najdł. rz. Francji, ujście do Oceanu Atlantyckiego.
Londyn — stol. W. Brytanii nad rz. Tamizą.
Long Beach — m. w stanie Kalifornia (St. Zj. Am. Płn.), kąpiele morskie.
Long Island — wyspa na Atlantyku u wybrzeży St. Zj. Am. Płn.
Lotaryngia — kraina we wsch. Francji.
Lourdes — m. w dep. Hautes Pyrenees (Francja).

Louvain — m. w prow. brabandzkiej (Belgia).
Lozanna — stol. Kantonu Vaux (Szwajcaria).
Lubeka — gł. m. republ. Lubeka w Niemczech nad rz. Trawą.
Lublana — gł. m. Slowencji (Jugosławia).
Lucerna — stol. Kantonu L. (Szwajcaria) nad jez. Czterech Kantonów..
Lugano — jez. w płd. Alpach (Szwajcaria).
Luksemburg — stol. Ks. L.
Luksor — m. na wsch. brzegu Nilu w górnym Egipcie.
Lyon — stol. dep. Rhône (Francja) przy zbiegu Saonu i Rodanu.

Ł.

Łaba — zob. Elba.

M.

Mecedonia — kraj zajm. środek półwyspu Bałkańskiego.
Mackenzie — rz. w płn.-zach. Kanadzie, ujście do oc. Lodowatego Płn.
Madagaskar — wyspa franc. na Oceanie Indyjskim.
Madera — wyspa port. na Oc. Atlantyckim.
Madryt — stol. Hiszpanii nad rzeką Manzanares.
Magdeburg — stol. Saksonii pruskiej nad rz. Elbą.
Majorka — wyspa na m. Śródziemnym.
Malaga — m. port. i stol. prow. M. w Andaluzji (Hiszpania).
Malakka — m. port. i stol. prow. M. (Indochiny).
Malborg — m. pow. w Prusach Wsch. nad rz. Nogatem.
Malines — m. w prow. Antwerpskiej (Belgia).
Malmö — m. port. nad Sundem (Szwecja).
Malta — wyspa na m. Śródziemnym.
Manchester — m. w hr. Lancaster (Anglia).
Mandżuria — kraj w Azji wsch. (Chiny).
Manilla — stol. wysp Filipińskich na wyspie Luzan.
Mannheim — m. w Badenii (Niemcy).
Marienbad — miejs. kąpielowa (Niemcy).
Marokko — kraj w płn.-zach. Afryce.
Marsylia — gł. port Francji nad morzem Śródziemnym.
Martwe morze — jez. słone w płn.-zach. Palestynie.
Martynika — górz. i wulk. wyspa (Małe Antyle).
Medyna — m. w środk. Arabii.
Mekka — m. w środk. Arabii.
Mediolan — gł. m. w Lombardii (Włochy płn.).
Meksyk — stol. St. Zj. Meksyku (Am. Środk.).
Melbourne — stol. prow. Wiktorii w Australii nad rz. Sarra.
Mentona — stacja klim. zimowa na Rivierze franc.
Meran — m. w Tyrolu płdn. (Włochy płn.).
Messyna — m. port. na Sycylii.
Metz — m. w Lotaryngii (Francja) nad rz. Mozelą.
Mezopotamia — kraina w zach. Azji nad zat. Perską.
Miami — m. w stan. Florydy (St. Zj. Am. Płn.).
Michigan — jezioro w St. Zj. Am. Płn.
Minorka — wyspa Belearów na m. Śródziemnym.
Mińsk — stol. aut. rep. Białoruskiej (Rosja).
Mississippi — najw. rz. w Am. Płn.
Missuri — dopływ rz. Mississippi.
Moguncja — stol. prow. Hesji reńskiej (Niemcy).
Mokka — port nad m. Czerwonym (Arabia).
Mołdawia — zw. Wołoszczyzną, cz. Rumunii.
Monachium — stol. Bawarii (Niemcy).
Monako — ks. na wybrzeżu m. Śródziemnego.
Mongolia — kraina w płn.-wsch. cz. wyżyny Azjatyckiej.
Montblanc — najw. szczyt w Alpach Sabaudzkich, wys. 4.810 m.
Monte Carlo — m. w ks. Monaco nad m. Śródziemnym.
Monte Rosa — szczyt w Alpach Penińskich, wys. 4.638 m.
Montevideo — stol. i gł. port Urugwaju (Am. Płd. nad rz. Plate).
Montpellier — stol. depart. Herault (Francja).
Montreal — najw. miasto w Kanadzie (Am. Płn.).
Montreux — stacja klim. nad jez. Genewskim (Szwajcaria).
Morawa — gł. rz. na Morawach.
Morawska Ostrawa — m. na Morawach nad rz. Ostrawicą.
Moskwa — stol. Rosji Sowieckiej (ZSRR) nad rz. Moskwą.
Mostar — gł m. na Hercegowinie (Jugosłowia).
Murmańsk — m. gub. (Rosja płn.) nad Oceanem Lodowatym.

N.

Nagasaki — m. port. na wyspie Kin-Szin (Japonia).
Nankin — stol. Chin nad rz. Jang-Tse-Kiang.
Nantes — m. nad rz. Loarą (Francja).
Neapol — m. nad zat. Neapolitańską.
Neapolitańska zatoka — odnoga m. Tyrreńskiego na zach. wybrzeżu Włoch.
Neuchatel — m. nad jeziorem N. (Szwajcaria).
Nevada (Sierra) — najw. góry w St. Zj. Am. Płn. wzdłuż Oceanu Spokojnego.
Newa — rz. w Rosji płn.-zach., uchodzi do zat. Fińskiej.
Niagara — rz. w Am. Płn.; tworzy słynny wodospad.
Nicea — m. i miejsc. klim. nad morzem Śródziemnym.
Niger — rz. w Afryce, uchodzi do zat. Genueńskiej.
Niewolników jezioro — jez. w płd.zach. Kanadzie.
Nil — najdł. rz. w Afryce Płn., uchodzi do m. Śródziemnego.
Nordkap — najd. ku płn. wysunięty cypel Europy w Norwegii.
Normandia — płn.-zach. prow. Francji.
Nowy Jork — najw. m. St. Zj. Am. Płn. nad ujściem rz. Hudsonu do Atlantyku.
Nowy Orlean — m. port. w St. Zj. Am. Płn. na brzegu rzeki Mississippi.

O.

Oakland — m. port. nad Oc. Spokojnym w Kalifornii.
Odessa — m. gub. na Ukrainie, port nad m. Czarnym.
Ohio — dopływ Mississippi (St. Zj. Am. Płn.).
Olsztyn — stol. Warmii (Prusy Wsch.).
Omsk — m. gub. na Syberii nad rz. Irtyszem.
Opole — stol. Śląska Górnego (pruskiego) nad rz. Odrą.
Oranie — rz. Płd. Afryki.
Oslo — stol. Norwegii.
Ostenda — miejsc. kąpielowa morska nad m. Północnym.
Otawa — rz. w Czechach, dopływ Wełtawy.

P.

Padwa — stol. prow. P. (Włochy płn.-wsch.).
Palermo — m. port. na płn. wybrzeżu Sycylii.
Palestyna — kraina w Azji zach. na płd. od Syrii.
Panamski kanał — łączy Oc. Spokojny z Atlantykiem poprzez przesmyk P. (Am. Środ.).
Paragwaj — rz. dopływ rz. Parany (Am. Płd.).
Parana — 1) rz. w Am. Płd., 2) m. nad rz. P. (Argentyna, Am. Płd.).
Paryż — stol. Francji nad rz. Sekwaną.
Pas-de-Calais — zob. Kaletańska Cieśnina.
Pau — st. klim. w Pirenejach (Francja).
Pekin — dawna stol. Chin.
Penińskie Alpy — zach. część Alp.
Petrograd (Leningrad) — m. gub. przy ujściu Newy do zat. Fińskiej (Rosja).
Pireneje — łańcuch górski odgran. półw. Pirenejskiego od Europy.
Pittsburg — m. w stan. Pensylwania (St. Zj. Am. Płn.) nad rz. Ohio.
Piza — m. nad rz. Arno (Italia).
Plymouth — m. port. w Anglii.
Po — najw. rzeka we Włoszech, uchodzi do Adriatyku.
Polinezja — część Oceanii, obejm. wyspy na Oceanie Spokojnym.
Port-Artur — m. port. wojenny w Mandżurii płd.
Port-au-Prince — stol. rep. Haiti (W. Antyle).
Port-Said — m. port w Dolnym Egipcie nad kanałem Suezkim.
Portsmouth — m. port. w hr. Hampshire (Anglia).
Praga (Praha) — stol. rep. Czechosłowackiej nad rz. Wełtawą.

Q

Quebeck — m. w Kanadzie, nad rz. Św. Wawrzyńca.
Quito — stol. rep. Ekwador (Am. Płd.).

R

Rapallo — wł. stacja klim. nad zat. Genueńską.
Ratyzbona — m. w Bawarii nad Dunajem.
Rawenna — m. w płn. Włoszech.
Reims — m. wsch. Francji nad rz. Vesle.
Ren — rz. Europy zach.; źródła w Alpach Szwajcarskich, ujście — do m. Północnego.
Retyckie Alpy — pasmo gór w Alpach wsch.
Réunion (Ile de la) — wulkaniczna wyspa na Oc. Indyjskim w grupie Maskarenów (fr.).
Reuss — prawy dopływ rz. Aar w Szwajcarii.
Rewel — zob. Tallin.
Reykjawik — stol. i port król. Islandii.

Rhode Island — stan St. Zjedn. Am. Płn. nad Atlantykiem.
Richmond — stol. stanu Wirginia (St. Zj. Am. Płn.).
Rimini — m. portowe i kąpiele morskie w płn. Włoszech nad Adriatykiem.
Rio de Janeiro — stol. Brazylii (Am. Płd.) i port nad Atlantykiem.
Rio Grande del Norte — rz. graniczna pomiędzy St. Zj. Am. Płn. a Meksykiem.
Riu-Kiu (ch. **Lu-Czu**) — jap. łańcuch wysp pomiędzy Formozą a wyspami Japońskimi.
Riviera — wybrzeże nad zat. Genueńską.
Rjeka — zob. Fiume.
Rochelle (La) — port franc. nad Atlantykiem.
Rodan (franc. Rhône) — rz. w Szwajcarii i Francji, ujście do m. Śródziemnego.
Rodopskie góry — pasmo w Tracji (Bułgaria płd.).
Rodos — włoska wyspa na m. Egejskim w pobl. M. Azji.
Rostow n. Donem — gł. m. obwodu Dońskiego (Rosja płd.).
Rotterdam — m. port w Holandii.
Rouen — m. w zach. Francji n. Sekwaną.
Rudawy (Kruszcowe Góry) — góry między Saksonią i Czechosłowacją.
Rugia — niem. wyspa na Bałtyku.
Ruhr — prawy dopływ Renu.
Ruhry Zagłębie — niem. zagłębie węglowe reńsko-westfalskie.
Rumelia (Wschodnia) — prow. bułgarska pomiędzy Bałkanami a m. Egejskim.
Ryga — stolica Łotwy nad rz. Dźwiną, port.
Ryska zatoka — odnoga m. Bałtyckiego.
Rzym (wł. Roma) — stolica Włoch nad rz. Tybrem.

S

Sabaudia — kraina w Alpach zach. francuskich i włoskich.
Sabaudzkie Alpy — grupa Alp zach.
Sachalin (zob. równ. Karafuto) — wyspa u płn.-wsch. wybrzeża Syberii (ros. i jap.)
Sahara — pustynia w Afryce płn.
Saïgon — stol. Kochinchiny franc. nad rzeką S.
Saint Louis — m. w st. Missouri (St. Zj. Am. Płn.) nad rz. Mississippi.
Saint Moritz — miejsc. klim. w Szwajcarii.
Sajańskie Góry — wsch. odnoga gór Ałtajskich (Azja środk.).
Saksonia — republ. związkowa Rzeszy Niemieckiej.
Salomona wyspy — wyspy na wschód od N. Gwinei na Oc. Spokojnym (Ang.).
Saloniki — port grecki nad zat. Salonicką.
Salt Lake City — stol. stanu Utah (St. Zj. Am. Płn.).
Saluen — rz. w Indochinach; ujście do zatoki Martaban.
Salzbrunn — uzdrowisko na Śląsku pruskim.
Salzburg — prow. związkowa b. Austrii w Alpach wsch.
Samara — m. nad rz. Wołgą (wschodnia Rosja).
Samarang — port na płn. wybrzeżu Jawy.
Samarkanda — stol. Uzbekistanu (Z. S. R. R.).
Sambra — dopływ Mozy.
Samoa (wyspy) — grupa wysp na oc. Spokojnym w Polinezji środk. (St. Zj. i N. Z.)
Samos — turecka wyspa na m. Egejskim u wybrzeży M. Azji.
San-Francisco — m. port. nad zat. S. F. w stanie Kaliforni (St. Zj. Am. Płn.).
San José — stol. rep. Costa Rica (Am. Środk.).
San Miguel — najw. wyspa w gr. Azorów.
San Remo — miejsc. klim. na włoskiej Rivierze.
San Salvador — stol. rep. Salvador (Am. Środk.).
San Sebastian — hiszp. miejsc. kąpielowa nad zat. Biskajską.
Sandwich — zob. Hawai.
Sankt Gallen — stol. kantonu S. G. (Szwajcaria).
Santiago de Chile — stol. rep. Chile.
Saragosa — m. w Hiszpanii.
Sarajewo — gł. miasto Bośni i Hercegowiny (Jugosławia).
Sardynia — wyspa włoska na m. Śródziemnym.
Sassnitz — kąp. morskie na wyspie Rugii (Prusy) nad Bałtykiem.
Sekwana — rz. płn. Francji, wpada do kanału La Manche.
Semmering — przełęcz górska na granicy b. Austrii Dolnej i Styrii.
Senegal — rz. w zach. Afryce francuskiej.
Sewilla — m. w Andaluzji (Hiszpania).
Siedmiogród — kraina w Rumunii.
Siena — m. w Toskanii (Italia płn.).
Sierra Leone — kol. i protektorat bryt. w Górnej Gwinei (Afryka zach.).
Sierra Morena — łańcuch górski w Hiszpanii.
Sierra Nevada — ob. Nevada (Sierra).
Si-Kiang — rz. w Chinach płd.
Sikkim — państwo hołd. w Himalajach środk.

Simplon — przełęcz w Alpach (Szwajcaria).
Singapur — wyspa na południe od półwyspu Malakka (Azja).
Skagerrak — część morza, oddziel. półw. Jutlandzki od Norwegii.
Skaliste góry — pasmo gór w Kordylierach (Am. Płn.).
Skandynawski Półwysep — półwysep w płn. Europie.
Skurati — 1) jezioro na pograniczu Albanii (Jugosławia), 2) m. nad jez. S.
Słone jezioro — ob. Wielkie Jezioro Słone.
Smyrna — m. na zach. wybrzeżu Azji Mniejszej (Turcja).
Sofia — stol. Bułgarii.
Solingen — m. pow. w Nadrenii (Prusy).
Solothurn — kanton w Szwajcarii.
Somali — kraj we wsch. Afryce.
Somme — rzeka, wpada do kanału La Manche.
Somosierra a. Samosierra — wąwóz w górach Sierra de Guadarrama (Hiszpania środk.).
Sopot (niem. Zoppot) — m. i miejsc. kąpielowe nad zatoką Gdańską.
Sorrento — m. port. w prow. neapolitańskiej (Włochy płd.).
Southampton — m. w Anglii płd.
Spa (Spaa) — m. i miejsc. kąp. w prow. Liège (Belgia).
Split — gł. m. i port w Dalmacji (Jugosławia).
Spokojny Ocean a. Wielki — oc. między Azją, Australią i Ameryką Płn. i Płd.
Sporady — archipelag na m. Egejskim.
Springfield — stol. stanu Illinois (St. Zj. Am. Płn.).
Strassburg — stol. dep. Bas-Rhin (Francja wsch.).
Sueski kanał — kanał łączący morze Śródziemne z m. Czerwonym.
Sundzki Archipelag — wł. Archipelag Malajski (Azja płd.).
Susak — m. port. w Chorwacji (Jugosławia).
Swinemunde — ob. Świnioujście.
Syberia l. Sybir — obszar w Azji płn.
Sycylia — najw. wyspa na m. Śródziemnym (Włochy).
Sydney — stolica Nowej Płd. Walii (Australia).
Synaj — półwysep na płn. krańcu m. Czerwonego.
Syr-Daria — 1) rz. w Azji środk., 2) prowincja auton. rep. Turkiestańskiej.
Syria — kraina między Azją Mniejszą, Mezopotamią a Egiptem.
Syrakuzy — m. port. na Sycylii (Włochy).
Szan (Shan) — państewko górskie w Birmie (Azja Płd.).
Szanghaj — m. w prow. Kiang-Su (Chiny wsch.).
Szan-Si — prow. w Chinach płn. (Azja wsch.).
Szan-Tung — prow. w Chinach płn.-wschodnich.
Szari — rz. w środk. Sudanie (Afryka).
Szat-et-Arab — rz. w Mezopotamii.
Szensi — prow. w Chinach płn.
Szetlandzkie wyspy — grupa wysp na płn. od Szkocji.
Szkocja — płn. część wyspy W. Brytanii.
Szlezwig — Holsztyn — prow. Prus na półwyspie Jutlandzkim.
Szmeks — miejsc. klimatyczna na Spiszu (Czechosłowacja).
Szpicberg — archipelag na oc. Lodowatym płn.
Szprewa — dopływ Haweli.
Sztokholm — stol. i m. port. Szwecji.
Sztutgard — stol. Wirtembergii (Niemcy płd.).
Szwajcaria — republ. związkowa w środk. Europie.
Szwarcwald — pasmo górskie w płd.-zach. Niemczech.

Ś

Śląsk — kraina m. Sudetami a wyż. Małopolską.
Śródziemne morze — odnoga oc. Atlantyckiego, poł. m. Europą płd., Afryką płn. i Azją Mniejszą.
Świętej Heleny wyspa — wyspa na oc. Atlantyckim.
Świętego Wawrzyńca rzeka — rzeka w Ameryce płn.
Świnioujście — m. pow. i port. na wyspie Usedom w Pomeranii (Prusy).

T.

Tabor — góra w Palestynie.
Tag (Tajo) — najw. rzeka półw. Pirenejskiego.
Tahiti — wyspa na oc. Wielkim (franc.).
Tallin — stolica Łotwy.
Tamiza — rz. w Anglii, wpada do m. Północnego.
Tanganika — kolonia ang. we wsch. Afryce.
Tanger — port w Marokku (Afr. półn.).
Tarent — m. na wyspie T. (Italia płd.).
Tasmana morze — część oc. Spokojnego między N. Zelandią i Australią.
Tasmania — wyspa na płd.-wschód od Australii (bryt.).
Taszkient — stol. rep. Turkiestańskiej.

Taurogi — miasteczko w pow. rosieńskim (Litwa).
Tebrys — stol. Azerbejdżanu perskiego.
Teheran — stol. Persji.
Tel-Aviv — m. w Palestynie.
Tesalia — kraina płn.-wsch. Grecji.
Texas — najw. stan Am. Płn.
Tien-Tsin — m. port. na rz. Pei-Ho (Chiny płn.-wsch.).
Timbuktu — m. handl. w Sudanie (franc.).
Timor — najw. wyspa w archipelagu Małych Wysp Sundzkich.
Togo — kraina w Gwinei (franc. i bryt.).
Tokio — stol. Japonii nad zat. T.
Toledo — stol. prow. T. w Hiszpanii.
Tomsk — m. gub. w Syberii nad rz. Tomenem.
Toronto — stol. prow. Ontario w Kanadzie.
Toskania — prow. w płn. Italii.
Toulon — m we Francji płd.
Toulouse — m. we Francji płd.
Transvaal — płn.-wsch. prowincja Unii Płd. Afryki.
Triest — port w płn.-wsch. części Adriatyku (Italia).
Tung-Czou — m. w Chinach płn.
Tunis — kraina w płn. Afryce.
Tunis — stol. i główny port Tunisu.
Turcja — republ. na zachodzie Azji.
Turkiestan Wschodni — kraina w Azji środkowej.
Turkmenistan — socjal. sowiecka republ. w ros. Azji środkowej.
Turyn — stol. prow. T. (Italia płn.-zach.).
Turyngia — republika Rzeszy Niemieckiej w Niemczech Środkowych.
Tyber — rzeka w Italii środkowej.
Tybet — kraj w Azji środkowej.
Tyflis — stol. rep. Gruzińskiej na Kaukazie.
Tygrys — rz. w Mezopotamii (Azja płn.-zach.).
Tylża — m. w Prusach wsch.
Tyrol — kraina górska w Alpach wsch.

U.

Ufa — m. gub. w Rosji wsch.
Ulster — cz. Irlandii.
Unterwalden — kanton w Szwajcarii.
Uralskie góry — pasmo gór ciągnące się od morza Karskiego.
Ural — rz. w Rosji wsch.
Urugwaj — rzeka w Am. Płd.
Utrecht — stol. prow. U. (Holandia).

V.

Vancouver — m. port. nad Oc. Spokojnym (Am. Płn.).
Veracruz — wsch. stan Meksyku.
Verdun — m. we Francji wsch.
Vevey — m. w Szwajcarii.
Viareggio — m. port. w Italii środkowej.
Vichy — m. we Francji środkowej.

W.

Wagram — w. w b. Austrii Dolnej.
Walencja — stol. prow. W. (Hiszpania).
Walia — Księstwo w Anglii zach.
Warna — m. i port nad m. Czarnym (Bułgaria).
Waszyngton — stolica St. Zjedn. Am. Płn.
Waterloo — w. w Belgii.
Weimar — stol. rep. Turyngijskiej (Niem.).
Wellington — stol. N. Zelandii.
Wenecja — m. port. nad Adriatykiem (Italia).
Werona — m. w Italii półn.
Westfalia — prow. zach. Prus (Niemcy).
Wezera — rz. w Niemczech płn.
Wezuwiusz — wulkan k. Neapolu (Italia).
Wiedeń — stol. b. rep. austriackiej.
Wielkie Jezioro Słone — jez. w St. Zj. Am. Płn.
Wiesbaden — gł. m. rej. W. (Prusy).
Wiktoria — prow. Australii.
Wiktorii Jezioro — najw. jez. we wsch. Afryce.
Wiktorii wodospad — wodospad na rz. Zambezi (Afryka Płd.).
Wirtembergia — republ. w płd. części Rzeszy niemieckiej.
Władywostok — m. port. nad m. Japońskim.
Wogezy — grzbiet górski m. Alzacją a Lotaryngią.
Wołga — najw. rzeka w Rosji i w Europie.
Wrocław — stol. Śląska pruskiego.
Wuchang — m. w Chinach środkowych.

Z.

Zagrzeb — stol. Chorwacji (Jugosławia).
Zambezi — rz. w Afryce.
Zanzibar — 1) wyspa na wsch. wybrzeżu Afryki, 2) stol. wyspy Z.
Zeebrügge — port i st. klim. w Belgii.
Zelandia — najw. wyspa duńska.
Zielony Przylądek — zach. przylądek Afryki.
Zurych — stol. kantonu Z. (Szwajcaria).
Zurychskie jezioro — jez. pomiędzy kantonem Schwyz, St. Gallen i Zurychem.
Zwickau — m. okręg. w Saksonii (Niemcy).

Ż

Żółwie wyspy — wulkaniczne na Oc. Wielkim (Ekwador).

Ludność według płci i wieku w 1931 r.

Miasta. Wieś Województwa Płeć	Ogółem*)	w tym w wieku lat 15—49	W wieku lat 0—9	10—19	20—29	30—39	40—49	50—59	60—69	70 i więcej
					w tysiącach					
Polska . . .	31 915,8	16 421,2	7948,9	5813,2	6144,0	4254,3	2986,9	2252,8	1627,8	860,2
Mężczyźni .	15 427,5	7 794,7	4025,1	2878,5	2930,6	1999,1	1391,3	1051,7	753,0	385,6
Kobiety . .	16 488,5	7 626,5	3923,8	2934,7	3213,4	2255,2	1595,6	1201,1	874,8	474,6
Miasta . . .	8 731,1	4 918,7	1769,3	1506,0	1818,2	1328,9	937,9	676,7	456,3	228,8
Mężczyźni .	4 103,5	2 261,2	896,9	733,1	829,9	604,7	432,6	312,2	198,5	90,7
Kobiety . .	4 627,6	2 657,5	771,4	772,9	988,3	724,2	505,3	364,5	257,8	138,1
Wieś	23 184,7	11 502,5	6179,6	3307,2	4315,8	2925,4	2049,0	1576,1	1171,5	631,4
Mężczyźni .	11 324,0	5 533,5	3127,2	2145,4	2100,7	1394,4	958,7	639,5	554,5	294,9
Kobiety . .	11 860,7	5 969,0	3052,4	2161,8	2225,1	1531,0	1090,3	836,6	617,0	336,5
Centralne . .	13 377,6	6 860,3	3335,3	2493,2	1500,1	1817,4	1268 2	908,4	689,3	354,4
Mężczyźni .	6 473,3	3 266,0	1690,7	1236,8	1180,7	863,8	601,0	426,7	314,5	154,4
Kobiety . .	6 904,3	3 594,3	1644,6	1256,4	1319,4	953,6	667,2	481,7	375,0	200,0
Wschodnie . .	5 550,7	2 815,1	1511,5	976,5	1063,4	719,3	512,9	372,6	256,9	134,3
Mężczyźni .	2 698,8	1 345,6	764,2	472,3	512,5	345,6	246,0	175,1	120,0	61,5
Kobiety . .	2 851,9	1 469,5	747,1	504,2	550,9	373,7	266,9	197,5	136,9	72,8
Zachodnie . .	4 481,6	2 637,8	1025,2	845,2	902,7	1120,5	412,1	330,1	229,9	136,3
Mężczyźni .	2 171,7	1 127,7	521,6	429,9	535,7	271,2	189,2	156,3	107,5	59,9
Kobiety . .	2 308,9	1 240,1	503,6	415 6	467,0	325,0	222,9	173,8	122,4	75,4
Południowe .	8 505,9	4 378,0	2077,0	1498,0	1677,8	1120,5	793,7	641,7	451,5	235,2
Mężczyźni .	4 082,7	2 055,4	1048,8	739,5	801,7	518,5	355,1	293,6	211,0	109,8
Kobiety . .	4 423,2	2 322,6	1028,4	758,5	876,1	602,0	438,6	348,1	240,5	125,4
					w odsetkach					
Polska . . .	100 0	31,5	24,9	18,2	19,3	13,3	9,4	7,1	5 1	2,7
Mężczyźni .	100,0	50,6	26,1	18,7	19,0	13,0	9,0	6,8	4,9	2,5
Kobiety . .	100,0	52,4	23,8	17,8	19,5	13,7	9,7	7,3	5,3	2,9
Miasta . . .	100,0	66,4	20,3	17,3	20,8	15,2	10,8	7,8	5,2	2,6
Wieś	100,0	49,7	26,7	18,6	18,7	12,6	8,8	6,8	5,1	2,7
Centralne . .	100,0	51,3	24,9	18,6	18,7	13,6	9,5	6,7	5,2	2,7
Wschodnie . .	100,0	50,7	27,3	17,6	19,2	13,0	9,1	6,7	4,6	2,4
Zachodnie . .	100,0	52,9	22,9	18,9	20,2	13,3	9,2	7,4	5,1	3,0
Południowe .	100,0	51,5	24,5	17,6	19,7	13,2	9,3	7,6	5,3	2,8
				na 100 mężczyzn przypada kobiet						
Polska . . .	106 9	110,7	97,5	102,0	109,6	112,8	114,7	114,2	116,2	123,1
Miasta . . .	112,8	117 5	97,1	105,4	119,1	119,8	116,8	116,7	129,8	152,2
Wieś	104,7	107,9	97,6	100,8	105,9	109,8	113,7	113,1	111,3	114,1
Centralne . .	106,6	110,1	97,3	101,6	111,8	110,4	111,0	112,9	119,3	129,6
Wschodnie . .	105,7	109,2	97,8	106,8	107,5	108,2	108,5	112,8	114,1	118,5
Zachodnie . .	106,3	110,0	96,5	96,7	107,2	120,2	117,8	111,2	113,9	127,5
Południowe .	108,3	113,0	98,1	102,6	109,3	116,1	123,5	118,6	113,9	114,2

*) Łącznie z ludnościa w wieku niewiadomym (dla Polski 27.7 tys).

Źródło: Mały Rocznik Statystyczny 1938.

Płodność kobiet w Polsce

Przeciętna roczna liczba urodzeń żywych

Lata Miasta. Wieś Województwa	Ogółem	Wiek matki — lat							
		15—19	20—24	25—29	30—34	35—39	40—54	45—49	50 i więcej
		w odsetkach							
1931—1932 . .	950[a]	38	247	284	206	116	45	7	0,8
Miasta: . . .									
wielkie *b* . .	58	2	16	19	12	6	1	0,2	0.0
mniejsze *c* .	126	5	31	39	28	15	5	0,8	0,1
Wieś	766	31	200	226	166	95	38	6,0	0.7
Centralne . .	386	16	105	115	83	46	16	2	0,2
Wschodnie . .	183	7	49	55	38	22	9	2	0.2
Zachodnie . .	123	4	31	38	26	16	6	1	0,1
Południowe . .	258	11	62	76	59	32	14	2	0,3
		na 100 mężczyzn przypada kobiet							
1900—1901*e* .	18,0	3,4	20,8	31,5	30,8	22,6	12,1	3,3	.
1931—1932 . .	19.0	2,5	14,4	18,8	16,3	11,7	5,3	0,9	.
Miasta: . . .									
wielkie *b* . .	5,2	1,4	7,1	9,4	7,3	4,5	1,7	0,2	.
mniejsze *c* .	8,0	1,7	10,2	14,4	12,2	8,2	3,4	0,5	.
Wieś	12,8	2,8	16,9	21,8	19,1	14,2	6,5	1,2	.
Centralne . .	10.7	2,4	14.9	18,5	15.7	10.8	4.6	0,8	.
Wschodnie . .	12,4	2,6	16,7	21,3	17,9	13,6	6.3	1,4	.
Zachodnie . .	9,8	2,0	12,3	17,4	14.7	10,8	5,1	0.7	.
Południowe . .	11,0	2,6	13,5	18,5	17,1	12,5	6.0	1,0	.

a W tym 6 tys. urodzeń o niewiadomym wieku matki. *b* 100 tys. mieszkańców i więcej. *c* Poniżej 100 tys. mieszkańców. *d* W rubryce ogółem podano obliczenie na 100 kobiet w wieku 15—49. *e* Była Galicja.

Płodność kobiet w niektórych krajach

Przeciętna roczna liczba urodzeń na 100 kobiet w wieku 15 — 49 lat

Kraje	1876— —1885	1886— —1895	1896— —1905	około roku		
				1910	1920	1930
Polska	.	.	18,1	.	13,0	10,9
Anglia z Walią	13,5	11,8	10,4	8,8	8,0	5,6
Australia	.	12,0	10,8	10,6	9,4	6,3
Belgia	13,2	11,8	11,4	9,1	7,5	6,8
Bułgaria	.	17,8[a]	20,0	18,4	16,2	13,8
Francja	9,9	8,9	8,5	7,5	7,7	6,7
Holandia	15.0	14,2	13,3	11,7	10,9	8,7
Irlandia	10.1	9,0	8,9	9,4	.	8,6
Japonia	.	.	13,1[a]	13,9[a]	13,2[a]	14,1
Niemcy	15,3	14,6	14,1	11,5	7,0	5,2[b]
w tym Saksonia . . .	16,7	15,7	14,0	9,9	7,1	3,8[b]
Norwegia	12,7	12,5	11,9	10,6	10,0	6,4
Szwajcaria	11,7	11,0	10,9	9,5	8,4	6,0
Szwecja	11 9	11,7	11,2	10,0	8,9	5,7
Węgry	17,2	17,2	15,6	14,5	10,9	8,0
Włochy	14.8	14,9	13,8	13,2	11,4	9,5

a Liczby niepewne. *b* 1933.

Źródło: Mały Rocznik Statystyczny 1938.

Nauka — Literatura — Sztuka

Kobiety polskie w nauce

Przed wojną mieliśmy trzy znakomite uczone: Curie-Skłodowską, Daszyńską-Golińską i Joteyko. Na uniwersytet szły tylko wyjątkowo zdolne i silne jednostki. Ogół kobiet walczył o dostęp do wyższych uczelni.

Po wojnie sytuacja się zmieniła. W ostatnich latach ilość dyplomów kobiecych wzrosła do 40%. Na niektórych wydziałach przeważają kobiety. W r. 1934/35 na wydziałach filozoficznych otrzymało dyplomy: 523 kobiety i 372 mężczyzn, na farmacji: 87 kobiet i 67 mężczyzn, na dentystyce: 76 kobiet i 90 mężczyzn.

Na wyższych uczelniach polskich wykłada obecnie 68 kobiet: 5 jako profesorowie zwyczajni. 2 na uniwersytetach: prof. Cesaria Beaudouin de Courtenay Jędrzejewiczowa na uniw. w Warszawie i prof. Willman-Grabowska w Krakowie. Jedna na politechnice lwowskiej — prof. Dorabialska dwukrotnie obrana dziekanem wydziału. Dwie na Wolnej Wszechnicy. Poza tym jako profesorowie tytularni, nadzwyczajni i docentki. Oprócz tego kobiety zajmują 35% asystentur na humanistyce 50%. Poza tym dużo kobiet pracuje naukowo w zakresie swoich specjalności poza środowiskami uniwersyteckimi.

Jeśli chodzi o konkretne zdobycze w dziedzinie nauki, to na pierwszym miejscu należy postawić chemię. Po genialnej Curie-Skłodowskiej mamy w tej dziedzinie wybitną chemiczkę Alicję Dorabialską, której nazwisko głośne już jest dzisiaj w całym świecie naukowym. (Promieniotwórczość i przemiany pierwiastków). Niezależnie od tego prace chemiczek polskich obejmują 27% ogółu prac chemicznych.

W botanice mamy 32% kobiet na ogólną liczbę uczonych tej specjalności.

Najwięcej kobiet okazuje zainteresowania *humanistyczne* (filozofia, historia, archeologia, historia sztuki, etnografia, muzykologia, polonistyka, językoznawstwo, pedagogika).

W medycynie: pediatria, bakteriologia, anatomia, fizjologia i psychiatria. Słabiej *chirurgia* i *ginekologia* — w zakresie nie praktyki, ale naukowych badań.

W zakresie *prawa* kobiety poszły raczej po linii praktyczno-zawodowej. Liczne adwokatki, nieliczne stanowiska sędziowskie.

Obecnie siedem kobiet piastuje

urząd sędziego grodzkiego, osiem ma nominację asesorów. Z ogólnej liczby sędziów dwie kobiety są sędziami dla nieletnich — w Warszawie i w Łodzi.

Jeśli chodzi o stronę naukową prawa, to kobiety zajmują sią nią raczej dorywczo. Zato w zakresie problemów *ekonomii politycznej i społecznej* mamy świetne badaczki: *ś. p. dr Daszyńską-Golińską i Kirkor Kiedroniową.*

Można powiedzieć, że od czasu wojny podniósł się znakomicie ogólny poziom naukowy wśród kobiet, natomiast liczba wyjątkowo uzdolnionych jednostek nie wzrosła w porównaniu ze stanem rzeczy przedwojennym.

Literatura

POWIEŚĆ KOBIECA

Kobieta powojenna na nowo odkrywa świat, — na zewnątrz i w sobie samej. Pisarka powojenna stawia sobie najczęściej postulat odkłamania dotychczasowego konwencjonalnego obrazu rzeczywistości. Tą żądzą zdobycia prawdy, prawdy o sobie i o człowieku w ogóle tłumaczy się supremacja powieści kobiecej nad innymi postaciami wypowiedzenia się literackiego. Powieść jest formą najbardziej klasyczną, pojemną, najbardziej komunikatywną. Można w niej najłatwiej zamknąć zarówno rzeczywistość widzianą, jak pożądaną.

Nasze powieściopisarki ograniczają się głównie do rewizji pewnych uświęconych tradycji i światopoglądu na podstawie realnego obrazu stosunków faktycznych, umieszczonych zarówno w teraźniejszości, jak w bliskiej lub dalszej przyszłości. Kobieta korzysta z doświadczenia pokoleń. Nawet rewolucyjna w treści, w formie jest raczej konserwatywna. Możemy to zaobserwować nawet w czołowej powieści pisarki polskiej Zofii Nałkowskiej. Jej problematyka i narzędzia, za pomocą których autorka dokonywa badań psychologicznych na obiektach ludzkich są na wskroś nowoczesne, ale narracja, styl, składnia są utrzymane w ramach klasycznej prozy powieściowej.

Jeszcze większą prostotą środków uderzają „Noce i dnie" Marii Dąbrowskiej, świetnej malarki i badaczki rzeczywistości polskiej. A Zofia Kossak, wielka spadkobierczyni Henryka Sienkiewicza, nie dorównująca mu może potęgą wizji heroi-epickiej, ale przewyższająca go poziomem swego ideału chrześcijańskiego bohaterstwa, czy nie jest typową przedstawicielką tradycyjnej powieści historycznej?

POWIEŚCIOPISARKI

Helena Boguszewska

Rozpoczęła swoją twórczość od autentycznych reportaży z życia proletariatu „Ci ludzie". Należała do grupy literackiej „Przedmieście". Jej powieść „Całe życie Sabiny" jest powieścią psychologiczną. Wspólnie z Jerzym Kornackim napisała powieść środowiskową „Wisła", pisze powieść społeczno-polityczną „Polonez".

Jest autorką powieści radiowej

„Anielcia i życie". Jej prace odznaczają się sumiennym badaniem środowiska, doskonałym wniknięciem w psychikę t. zw. „szarego człowieka" i czujną myślą społeczną.

Maria z Szumskich Dąbrowska, jedna z największych pisarek Polski Niepodległej. Pochodzi z ziemi kaliskiej z rodziny ziemiańskiej. Jej pierwsze prace mają charakter czysto społeczny, poświęcone są głównie propagandzie spółdzielczości. W beletrystyce debiutowała „Uśmiechem dzieciństwa" w 1925 r.

W dwa lata później ukazał się zbiór nowel z życia służby folwarcznej p. t. „Ludzie stamtąd". Największym jej dotychczasowym osiągnięciem jest czterotomowa powieść psychologiczno - obyczajowo - społeczna „Noce i dnie" na tle środowiska ziemiańskiego w okresie między powstaniem 63 r. a wybuchem wielkiej wojny.

Dąbrowska jest realistyczną malarką rzeczywistości polskiej, rzeczniczką kultu pracy i wiary w człowieka, wyrazicielką ideałów demokratycznych. Obecnie w pracach swych rozstrzyga zagadnienia społeczne głównie z zakresu stosunków wiejskich („Rozdroże", „Moja odpowiedź").

Pola Gojawiczyńska

Jest dzieckiem Warszawy, aczkolwiek jej pierwsza powieść „Ziemia Elżbiety" ma za tło życie na Śląsku. W swoich „Dziewczętach z Nowolipek" wprowadza po raz pierwszy do poezji polskiej sferę drobnomieszczańską. W „Rajskiej jabłoni" przedstawia walkę o byt i szczęście osobiste dziewcząt z Nowolipek, które są już kobietami. Ostatnia jej powieść „Słupy ogniste" przedstawia karierę i upadek powojennego arrywisty na tle różnych środowisk społecznych, od chłopów, poprzez mieszczaństwo, ziemiaństwo, inteligencję miejską aż do t. zw. sfer rządzących.

Obecnie pracuje nad powieścią na tle niedawnych stosunków na Zaolziu.

Autorka bardzo poczytna i bardzo lubiana za swój ciepły, uczuciowy stosunek do odtwarzanych pastaci, za swoją humanitarną postawę wobec krzywd społecznych i indywidualnych.

Maria ze Szczepańskich Kuncewiczowa

Odważna i subtelna pionierka psychologizmu zadebiutowała w 1926 r. powieścią p. t. „Przymierze z dzieckiem". Następne jej prace: „Twarz mężczyzny", „Dwa księżyce", „Dyliżans warszawski", „Cudzoziemka" są etapami stopniowego rozwoju tej niezwykłej inteligencji analitycznej, egotycznego stosunku do rzeczywistości, stylu pełnego uroków metaforycznych, czasem aż przygniatających wątek.

W większości swych prac poddaje rewizji gruntownej postawę kobiety wobec najprostszych faktów życiowo biologicznych (miłość, małżeństwo, macierzyństwo).

Jest poza wymienionymi pracami autorką sztuki „Miłość panieńska", i pierwszej powieści radiowej „Dni powszednie państwa Kowalskich".

Jest laureatką nagrody literackiej m. st. Warszawy i honorową obywatelką Kazimierza nad Wisłą.

Hanna Malewska

Bardzo utalentowana pisarka, autorka „Wiosny greckiej" i „Żelaznej korony" jest jedyną przedstawicielką powieści historycznej wśród młodego pokolenia. Jej twórczość jest wyrazem zachwytu nad pewnymi

epokami lub postaciami z przeszłości. Jest nauczycielką historii w szkołach średnich. Obecnie pracuje nad powieścią z czasów Zygmuntowskich.

Wanda Miłaszewska — idzie po tej samej, co Rodziewiczówna linii twórczości. W powieściach swych maluje najczęściej życie dworów i zaścianków kresowych. Jej pierwsze powieści „Cmentarz i sad", „Kaczęta" itd., drukowane były w „Bluszczu".

Herminia Naglerowa

Zaczęła od poezji i od nowel fantastycznych („Czarny pies", „Motyw księżyca"). Zbiór nowel „Matowa kresa" znamionuje ewolucję w kierunku psychologicznym, „Zawalidroga", drukowana przed 10 laty w „Bluszczu" to już na wskroś realistyczna powieść o rozwoju psychicznym chłopca, stojącego na rozdrożu między dwojgiem rozwiedzionych rodziców, z których każde tworzy sobie własne życie.

Najpoważniejszym dotychczas osiągnięciem Naglerowej jest powieść rodzinno-psychologiczno-środowiskowa „Krauzowie i inni", przedstawiająca życie mieszkańców galicyjskiego miasteczka Bory w latach sześćdziesiątych ubiegłego wieku.

Obok twórczości literackiej Naglerowa dużo czasu poświęcała pedagogii (specjalność: historia), publicystyce, a obecnie jeszcze i pracy społecznej w „Osiedlu" i „Związku Pracy Obywatelskiej Kobiet".

Zofia Nałkowska

Najwybitniejsza w Polsce przedstawicielka powieści psychologicznej na miarę europejską. Córka znakomitego geografa Wacława Nałkowskiego i jego małżonki, również uczonej geografki, od dzieciństwa otoczona była atmosferą wysokiej kultury umysłowej.

Już w pierwszych swych utworach („Kobiety", „Książę", „Koteczka, czyli białe tulipany", „Rówieśnice", „Narcyza", „Węże i róże", „Tajemnica krwi") analizuje psychologię wyrafinowanych pięknoduchów.

Po wojnie Nałkowska rozszerza teren swoich obserwacji, udoskonala narzędzia badawcze, od typów skomplikowanych przechodząc do ludzi przeciętnych, rzuconych na tło polskiej rzeczywistości („Hrabia Emil", „Romans Teresy Hennert", „Choucas", „Niedobra miłość", „Ściany świata", „Granica", „Niecierpliwi").

Jest mistrzynią charakterologii („Charaktery", „Dom nad łąkami", „Choucas"). Pasją jej jest wiedza o człowieku.

Poza powieściami napisała trzy sztuki teatralne: „Dom kobiet" 1930, „Dzień jego powrotu", 1931 i „Renata Słuczańska", wszystkie wystawiane w teatrach warszawskich i innych.

Wiele z jej utworów przetłumaczono na języki obce.

Jest jedyną dotychczas kobietą w Polskiej Akademii Literatury.

Maria Rodziewiczówna. Zasłużona nestorka naszych powieściopisarek. Autorka najbardziej do dziś dnia poczytnych książek: „Dewajtis", „Między ustami a brzegiem pucharu", „Wrzos". Jej „Lato leśnych ludzi" to prześliczny poemat prozą wyśpiewany na cześć życia i natury. Mieszka stale w majątku rodzinnym „Hruszowa" w Grodzieńszczyźnie.

Maria Morozowicz-Szczepkowska

Córka znakomitego aktora Morozowicza, żona artysty rzeźbiarza Jana Szczepkowskiego. Komediopisarka świetnie czująca scenę. Jej „Sprawa Moniki" wystawiona w Reducie, przetłumaczona na kilka języków,

została sfilmowana w Ameryce. „Walący się dom“ wystawiony w zeszłym roku w teatrze Małym. Obecnie wykończyła sztukę o Słowackim i Eglantynie Pattey.

Zofia Kossak-Szczucka (Szatkowska)

Należy do utalentowanej rodziny Kossaków. Debiutowała po wojnie „Pożogą“, opowieścią o zniszczeniu dworu kresowego przez bolszewików. Ten debiut od razu zakwalifikował ją, jako następczynię Sienkiewicza. Kolejno ukazywały się powieści na tle polskiej przeszłości historycznej: „Beatum Scelus“, „Wielcy i mali“, „Złota wolność“, „Legnickie Pola“, „Szaleńcy Boży“, wreszcie monumentalny cykl „Krzyżowcy“, „Król trędowaty“ i „Bez oręża“ — z dziejów wojen krzyżowych.

Zofia Kossak jest niemal jedyną u nas przedstawicielką wielkiej powieści historycznej.

Pisarka do głębi duszy chrześcijańska jest wyrazicielką idealizmu religijnego, który wymaga od człowieka bohaterstwa w imię wyższych nakazów.

Od szeregu lat zamieszkała na Śląsku Cieszyńskim w posiadłości swej Górki pod Skoczowem poświęciła Śląskowi piękną książkę krajoznawczą „Nieznany kraj“. Swoim zainteresowaniom społecznym daje wyraz w dorywczych artykułach, odczytach, w których aktualne zagadnienia rozpatrywane są zawsze pod kątem idei chrześcijańskiej i uczucia patriotycznego.

Elżbieta Szemplińska

Młoda poetka, nowelistka i powieściopisarka. W pierwszej swej powieści „Narodziny człowieka“ poddaje ostrej krytyce brak poczucia odpowiedzialności u rodziców za rozwój człowieka w dziecku. Zbiór nowel „17 spotkań“, powieść „Potrójny ślad“ i „Kochankowie Warszawy“ mają za przedmiot rozmaite aspekty erotyzmu w świadomości i podświadomości ludzkiej.

Maria Szpyrkówna

Powieściopisarka i nowelistka. Pochodzi z ziem wschodnich. Autorka powieści „Będziesz maleńką“, „Wielki Cham“, „Grzech“, zbioru pełnych wdzięku kresowych obrazków „Juziukowa niedziela“ jest przy tym doskonałą felietonistką i bystrą obserwatorką. Jej listy z podróży do Stanów Zjednoczonych p. t. „Gwiazdy i dolary“ dają dokładny obraz życia za oceanem w pierwszych latach po wojnie.

Maria Jehanne Wielopolska

Autorka „Kryjaków“ (opowieści z 1863 r.), zbioru nowel historycznych „Kontryfałowe lichtarze“, powieści z czasów inkwizycji „Femina“, ma silnie rozwinięty zmysł historyczny, któremu obecnie daje ujście w świetnych szkicach i felietonach z przeszłości polskiej, zamieszczanych na łamach dzienników.

Jest to jednocześnie najbardziej cięte pióro w szermierce publicystycznej. Jako polemistka ujawniła Wielopolska wojowniczy i namiętny temperament pisarski.

---

dr Stefania Zahorska

Historyk sztuki i najwybitniejsza recenzentka filmowa w Polsce, zadebiutowała w roku zeszłym powieścią psychologiczno - obyczajową „Korzenie“, przedstawiającą historię miłości dwojga ludzi z dwóch odmiennych środowisk na tle Krakowa przed samym wybuchem wielkiej wojny. W powieści tej widać próby zastosowania najnowszych metod analizy psychologicznej w stylu Proust'a.

Ewa Szelburg-Zarembina

Jedyna we współczesnej powieści kobiecej przedstawicielka romantycznego ujmowania rzeczywistości. Świat zjawisk nadprzyrodzonych wkracza u niej całkiem naturalnie i po prostu w świat realny. Jest mistrzynią w malowaniu wizji fantastycznych. Bunt przeciw istniejącemu porządkowi świata, poczucie odpowiedzialności jednostki za winy zbiorowe i nowoczesny ekspresjonizm wiążą silnie jej twórczość z żywą aktualnością.

Napisała powieści: „Dokąd?“, „Dziewczyna z zimorodkiem“, „Chusta św. Weroniki“, zbiór drobniejszych utworów p. t. „Krzyże z papieru“, dramaty: „Ecce Homo“ i „Sygnały“, powieść cykliczną „Matka Judasza“, z której ukazały się już dwa tomy: „Wędrówka Joanny“ i „Ludzie z wosku“, „Legendy Warszawy“ i dużo książeczek wierszem i prozą dla dzieci i młodzieży.

Powieść biograficzna (vie romancée) ma u nas następujące przedstawicielki: Róża Czekańska-Heymanowa („Maria Kalergis“), ś. p. Jadwiga Kiewnarska („Najdziwniejszy z romansów pani Sand“) i Alina Świderska („Królowie“ i „Zygmunt“).

POETKI

Kazimiera Iłłakowiczówna

Wyrazicielka zarówno liryzmu osobistego, jak uczuć patriotycznych. Zbiorki: „Ikarowe loty“, „Trzy struny“, „Śmierć Feniksa", „Połów", „Płaczący ptak“, „Z głębi serca“, „Zwierciadło nocy“, „Popiół i perły“ stanowią kolejne etapy rozwoju tej poezji pełnej akcentów dramatycznych i prometejskich.

Poetka głęboko religijna. W „Opowieściach o męczeństwie“, w „Legendach o świętych“, w balladach bohaterskich przychodzi do głosu żywioł epicki. „Wiersze o Marszałku Piłsudskim“ są dokumentem uczuć jednostki i narodu do swego Wodza.

Kazimiera Iłłakowiczówna była siostrą miłosierdzia w szpitalu polowym podczas wielkiej wojny. W Niepodległej Polsce pracowała i pracuje w Ministerstwie Spraw Zagranicznych (obecnie jako radca ministerialny) i piastowała urząd sekretarki Marszałka Józefa Piłsudskiego. Po jego śmierci wygłosiła za granicą szereg odczytów o osobie Marszałka. Obecnie ukazały się jej wspomnienia związane z tą wielką postacią dziejową p. t. „Ścieżka obok drogi“.

Maria Pawlikowska-Jasnorzewska

Poetka i komediopisarka. Jej miniatury liryczne, zawarte w tomikach: „Różowa Magia“, „Pocałunki“, „Wachlarz“, „Dancing“, „Cisza leśna“, „Paryż“, Profil białej damy", „Balet powojów“, „Krystalizacje“ zawierają chwycone na gorąco przeżycia uczuciowe, zamknięte w nieskazitelną formę wersyfikacyjną.

Jako komediopisarka („Zalotnicy niebiescy“, „Egipska pszenica“, „Po-

wrót mamy", „Dowód osobisty", „Nagroda literacka", „Mrówki" i „Baba-dziwo") chłoszcze zakłamanie uczuciowe i obyczajowe, proklamuje prawo kobiety do miłości, macierzyństwa, szczęścia osobistego.

Córka znakomitego malarza Wojciecha Kossaka, wnuczka Juliusza, jest żoną oficera lotnika Jasnorzewskiego.

Publicystyka i Dziennikarstwo

Przed wojną ilość kobiet stale pracujących w pismach codziennych była znikoma. Nestorką naszych dziennikarek była zmarła kilka lat temu Bronisława Neufeldówna. Obecnie nie ma chyba działu w prasie codziennej, w którym by nie pracowały kobiety. Rzadkością tylko jest kobieta, pisująca artykuły polityczne.

Natomiast działy: społeczny, kulturalny, literacki, artystyczny, reportaże i korespondencje chętnie powierzane są kobietom. Poza tym niemal każde pismo codzienne posiada obecnie tzw. „kącik kobiecy", prowadzony i wypełniany przez kobiety.

Jeśli chodzi o warunki pracy i wynagrodzenia, oraz o stosunki koleżeńskie, prasa jest może jedynym zawodem, gdzie o awansie decyduje nie płeć, ale osobiste wartości. Kobiety są redaktorkami działów i sekretarkami redakcji, nie spotyka się ich jednak na stanowiskach redaktorek naczelnych w dziennikach.

Natomiast kobiety są często redaktorkami naczelnymi czasopism i to nie tylko kobiecych, ale literackich, naukowych, organizacyjnych i fachowych.

Podajemy poniżej krótkie informacje o najwybitniejszych naszych publicystkach i redaktorkach.

•

Maria Ankiewiczowa

Specjalność: organizacja gospodarstwa domowego i wychowanie. Prelegentka Związku Pań Domu. Wydała książeczkę „Racjonalne wychowanie dziecka do lat 7-miu".

Współpracowniczka „Bluszczu", „Kobiety w Świecie i w Domu", „Praktycznej Pani".

Ludwika Ciechanowiecka

B. utalentowana dziennikarka o zacięciu literackim. Autorka licznych barwnych i dowcipnych reportaży z życia kulturalnego i towarzyskiego. Jej książka „W sercu Sahary", zajmuje wybitne miejsce w naszej literaturze podróżniczej.

Antonina Dembińska

Redaktorka b. popularnego w Polsce tygodnika „Praktyczna Pani" oraz dwutyg. „Dziecko i Matka".

Jadwiga Dmochowska. Specjalność: sprawy kultury, higieny i oświaty na wsi. Zamieszcza stale artykuły w Gazecie Polskiej.

Maria Dobrowolska — redaktorka „Kobiety w Świecie i w Domu". Reportaże społeczne, felietony o modzie.

Maria Gadomska

Kierowniczka działu kobiecego w „Polsce Zbrojnej". Reportaże i artykuły społeczne i wychowawcze.

Stanisława Goryńska. Specjalność: sprawy spółdzielczości. Korespondencje z zagranicy. Reportaże społeczne.

Emilia Grocholska: red. kwartalnika „Femme Polonaise", poprzednio red. „Kobiety Współczesnej", obecnie zastępczyni kierownika działu oświatowego w Polskim Radio. Gorliwa i inteligentna działaczka społeczna. Znawczyni spraw kobiecych.

Elżbieta Kiewnarska

Autorka książek, broszurek i felietonów z zakresu gospodarstwa domowego i gastronomii. Pierwszorzędna znawczyni przedmiotu. Jedna z pionierek organizacji gospodarstwa domowego.

Współpracowniczka „Bluszczu" od 1922 roku. Obecnie stale pracuje w „Kurierze Warszawskim" i w „Kobiecie w Świecie i w Domu".

Jadwiga Krawczyńska

Główny przedmiot zainteresowań: sprawy społeczne, zwłaszcza sprawa kobieca. Autorka licznych, rozsianych po dziennikach i czasopismach artykułów, zawsze opartych na gruntownej znajomości przedmiotu, głęboko przemyślanych i prowadzących do konkretnych wniosków. Jest stałą współpracowniczką „Bluszczu", jest również prelegentką radiową. Interesuje się propagandą turystyki, pracuje społecznie jako członkini Zarządu w Stow. Kobiet pracujących zawodowo, jako sekretarka Syndykatu Dziennikarzy itp.

Maria Mikorska

Specjalność: reportaże z podróży egzotycznych (Persja, Madagaskar, Afryka Południowa).

Kazimiera Muszałówna

Bardzo zdolna publicystka sportowa, obecnie coraz bardziej pracami swoimi wykraczająca na pole ogólniejszych zainteresowań społecznych. Należała do grupy „Przedmieście". Jej reportaże z życia proletariatu zdradzają aspiracje literackie.

Pracuje stale w Polskiej Agencji Telegraficznej. Jest członkinią Rady Naczelnej Wychowania Fizycznego.

Stefania Osińska

Ruchliwa reporterka, autorka żywych i barwnych reportaży i obrazów ze wszystkich dziedzin życia, zamieszczanych w pismach codziennych i tygodnikach kobiecych. Specjalność: reportaże lotnicze. Współpracowniczka „Bluszczu" i „Kobiety w Świecie i w Domu".

Zuzanna Rabska

Bardzo kulturalna literatka, poetka i publicystka. Pisuje stale recenzje z nowości literackich w „Kurierze Warsz.". Poza tym liczne nowele, poezje i felietony. Specjalność: bibliofilstwo.

Anna Szelągowska

Przewodnicząca Polskiego Oddziału Międzynarodowego Zjednoczenia Kobiet pracujących zawodowo. Specjalność: międzynarodowa akcja kobieca, sprawy zawodowe.

Nela Samotyhowa

Specjalność: krytyka artystyczna. Autorka licznych artykułów i odczytów z dziedziny plastyki.

Magdalena Samozwaniec

Autorka licznych felietonów humorystycznych i satyrycznych, drukowanych naprzód w pismach, potem gromadzonych w książki. Jej powieść „Na ustach grzechu" zyskała jej sławę najlepszej polskiej parodystki.

Hanna Skarbek (Janina Peretiatkowiczowa).

Literatka i dziennikarka. Specjalność: korespondencje z Anglii. Autorka książki podróżniczej „Indie bez retuszu".

Zofia Zaleska

Długoletnia redaktorka działu społecznego w „Kurierze Warszawskim", red. „Współczesnego życia", posłanka na Sejm w latach 1932—35 jest publicystką polityczno-społeczną o wybitnym charakterze narodowym i katolickim. Jest bardzo ruchliwą i pełną zapału działaczką społeczną. Walczy o prawa kobiety do pracy, o jej stanowisko w rodzinie, o czystość domowego ogniska.

Wydała źródłową pracę: „Czasopisma kobiece w Polsce".

Recenzentki teatralne. Dział recenzji teatralnych prowadzą: Beylinówna Karolina w „Expresie Porannym", Chorowiczowa w „Kurierze Polskim", Krzywicka Irena w „Skamandrze", Migowa Jadwiga w „Dobrym Wieczorze", Podhorska Okołów Stefania w „Bluszczu" i w „Kobiecie w Świecie i w Domu", Szczepanikowa Róża w „Depeszy".

Recenzentki filmowe: Heymanowa Stefania — w „Bluszczu" i w „Kobiecie w Świecie i w Domu", Wielopolska Maria Johanna w „Kurierze Porannym", Zahorska Stefania w „Wiadomościach Literackich".

LITERATKI I DZIENNIKARKI ZMARŁE W R. 1938

S. p. Jadwiga Kiewnarska.

Wybitnie utalentowana felietonistka i essayistka. Autorka oddzielnie wydanych prac: „Celadon i Astrea", (szkic historyczny na tle korespondencji Jana Sobieskiego i Marysieńki), „Najdziwniejszy z romansów pani Sand" (powieść biograficzna o George Sand. Tom 1 wyszedł nakładem „Bluszczu", tom II w przygotowaniu), „Skazy na szczęściu" — tom nowel. „Droga Heleny" — powieść. Była stałą współpracowniczką „Bluszczu", „Kobiety w Świecie i w Domu", „Kuriera Warszawskiego" i wielu innych pism. Felietony o modzie podpisywała pseudonimem Well.

S. p. Maria Czesława Przewóska (pseudonim Helia).

Literatka i publicystka o wykształceniu filozoficznym. 45 lat temu ogłosiła pracę o Nietzschem. Była autorką studiów o Orzeszkowej i o Ellen Key. Przygotowywała rozprawę o filozofii Zygmunta Krasińskiego. Była długoletnią współpracowniczką „Bluszczu". Poza studiami filozoficznymi i literackimi pisała artykuły społeczne, poezje, nowele i sztuki dramatyczne.

S. p. Hanna z Szalayów Szyllerowa.

Dziennikarka społeczna. Specjalność: sprawy szkolne. Stała współpracowniczka „Kuriera Porannego". Poprzednio pracowała w „Opiece Polskiej" we Francji. Przetłumaczyła i wydała dzieło Ewy Curie o matce, Marii Curie-Skłodowskiej, której była siostrzenicą.

S. p. Zofia Reutt-Witkowska.

Poetka i powieściopisarka o dużej kulturze filozoficznej i historycznej. Najważniejsze prace: „Pielgrzym", „Opowieści średniowieczne", „Ołtarz Wniebowzięcia", „Baśń o rycerzach pojutrza", powieść „Kraska w jarzębinie" „Mrowisko". Przekłady: „Man-

fred" i „Kain" Byrona oraz „Sonety" Browninga.

Ś. p. Helena Witkowska.

Jedna z pionierek równouprawnienia, z zawodu nauczycielka. W niepodległej Polsce stworzyła nowy przedmiot nauczania „Nauka obywatelska". Napisała kilka broszur z cyklu „Życiorysy zasłużonych kobiet".

PRASA KOBIECA

(Historia i stan obecny)

Początki pism dla kobiet sięgają 1818 r. („Wanda" — Tygodnik Płci Pięknej i Literaturze Poświęconej", Warszawa, red. Bruno hr. Kiciński, wyd. Franc. Salezy Dmochowski i Dominik Lisiecki.

Pierwsze pisma dla kobiet były niemal wyłącznie redagowane, wydawane przez mężczyzn i wypełniane utworami męskimi, wyjątek stanowi Wanda Malecka, której podpis jako redaktorki i wydawczyni widnieje pod kilku kolejno pismami. Jest to więc nestorka naszych redaktorek.

W latach 1830 — 1865 wychodzi kilka periodyków, z których najdłuższy żywot (1835—1859) ma tygodnik „Magazyn Mód czyli Dziennik Przyjemnych Wiadomości", redagowany przez Joannę Widuliwską, wyd. przez Glücksberga.

W r. 1865 zaczyna wychodzić „Bluszcz", najstarsze z obecnie istniejących pism kobiecych. Z założonych w okresie popowstaniowym pism kobiecych tylko „Tygodnik Mód i Powieści" przekroczył datę 1900 r. (1871—1905).

Liczba pism kobiecych, założonych i wychodzących krócej lub dłużej w wieku XX, sięga znacznej cyfry. Z tych niektóre tylko, jak „Ster" (miesięcznik 1907—1914), „Kobieta Współczesna" (tygodn. 1927—1934) mają poważniejsze zasługi dla ogólnej sprawy kobiecej. Reszta, były to albo pisma praktyczno-gospodarcze, albo beletrystyczno-modne, wychowawczo-pedagogiczne, organizacyjne albo popularne.

W okresie wojennym 1914—1920 większość tych pism przestała wychodzić. Lata 1919—1920 stanowią nowy etap w rozwoju prasy kobiecej. Powstaje szereg pism, głównie organizacyjnych, jak „Legunka", „Nasza Praca", „Głos Polski" na Śląsku itp. Większość ich po kilku latach przestało wychodzić.

Lata 1931 — 1938 stanowią okres największego nasilenia inicjatywy kobiecej w kierunku zarówno powstawania naszych pism, jak reorganizowania już istniejących.

Ostatnie lata znamionuje rozwój czasopiśmiennictwa organizacyjnego.

*

W chwili obecnej wychodzi w Polsce kilkadziesiąt pism kobiecych różnego typu. Są to miesięczniki, dwutygodniki, tygodniki, nie ma dotychczas tylko dziennika kobiecego.

Istnieje jeden duży koncern pism kobiecych Tow. Wyd. „Bluszcz", z własną drukarnią i chemigrafią, który wydaje obecnie pięć pism kobiecych.

„Bluszcz", ilustrowany tygodnik kulturalnej rodziny. Założony przez

Marię Ilnicką w 1865 roku i prowadzony przez nią do 1897 r. Następni redaktorzy: Józefa Prawdzic-Cybulska do 1902 r., Marian Gawalewicz do 1905 r., Zofia Seiderowa do 1918, Stefania Podhorska-Okołów 1921/22, Wanda Pełczyńska do 1927, Stefania Podhorska-Okołów dotychczas.

Zamieszcza artykuły z zakresu życia społecznego i rodzinnego, z zakresu zagadnień religijnych, filozoficznych, moralnych, obyczajowych, prawnych i ekonomicznych, poezje, powieści, nowele, obrazki, felietony, studia literackie i historyczne, sylwetki wybitnych kobiet, reportaże i interwiewy, korespondencje z całego świata, wrażenia z podróży, artykuły z dziedziny krajoznawstwa i etnografii, estetyki, plastyki, urządzenia wnętrz, teatru, muzyki i kina. Prowadzi stały przegląd polityki międzynarodowej, kronikę ważnych wypadków w kraju, kronikę ruchu kobiecego i życia stowarzyszeń. Ma stałe działy: „Wychowanie i szkoła", „Wychowanie fizyczne i sport", „Nasz lekarz", „Dom i gospodarstwo", „Mody i roboty".

W okresie 1928 do 1936 „Bluszcz" wydał kilka numerów specjalnych o charakterze zbiorowych monografii, a mianowicie: numer poświęcony dziesięcioleciu pracy kobiet w Niepodległej Polsce — 1928, numer na stulecie powstania listopadowego i stulecia romantyzmu (oba w 1936), numer jubileuszowy 70-lecia „Bluszczu" 1925 r., wreszcie numer poświęcony dwudziestoleciu pracy kobiet w Niepodległej Polsce (listopad 1938 r.).

W r. 1937 „Bluszcz" zaczął wydawać numery regionalne, a mianowicie: numer Śląska Cieszyńskiego, Krakowa i ziemi krakowskiej, wileński, śląski i pomorski.

„Kobieta w Świecie i w Domu", dwutygodnik, poświęcony gospodarstwu, życiu domowemu, towarzyskiemu i modom z obfitym działem beletrystycznym. Założony w 1924 r. przez Marię Podhorską - Okołów. Obecna redaktorka: Maria Dobrowolska. Dział „Między nami" zawiera korespondencje czytelniczek między sobą.

„Praktyczna Pani i Dobra Obywatelka" — popularny tygodnik dla szerokich sfer czytelniczek, założony w 1935 r. Redaktorka: Antonina Dembińska. Zawiera wskazówki z zakresu gospodarstwa domowego, wychowania dzieci, higieny, kosmetyki, mody, robót ręcznych. Poza tym dział społeczno-beletrystyczny.

„Ja to zrobię" — dwutygodnik poświęcony robotom ręcznym i urządzeniu wnętrz. Założony w 1933 r. przez ś. p. Jadwigę Korzeniowską, pierwszą redaktorkę. Po jej śmierci od r. 1935 redaguje go Helena Gawrońska.

Dziecko i Matka — dwutygodnik poświęcony zdrowiu i wychowaniu dziecka do lat 7. Założony w 1925 r.

Wyżej wymienionych pięć czasopism wydaje obecnie Tow. Wyd. „Bluszcz".

Podajemy poniżej w porządku alfabetycznym inne najbardziej znane wydawnictwa kobiece.

Głos Rodziny Policyjnej — zał. w 1938 r., miesięcznik członkiń Rodziny Policyjnej.

Kobiety w pracy — miesięcznik ilustrowany społeczno-literacki, poświęcony zagadnieniom życia społeczno-kulturalnego i działalności kobiet, wydawany przez spółdzielnię wydawniczą Gontyna (r. 1938).

Kuźniczanka — kwartalnik, organ absolwentek szkoły gospodarstwa w Kuźnicach.

La Femme Polonaise — dwumiesięcznik założony w r. 1927 w Warszawie i wydawany przez Emilię Grocholską. Pismo przeznaczone dla organizacji kobiecych za granicą. Informuje o pracy kobiet polskich w języku przeważnie francuskim, angielskim, niemieckim.

Młoda Matka — założony w 1927 r. dwutygodnik poświęcony zdrowiu i wychowaniu dziecka do lat 7.

Młoda Polka — miesięcznik poświęcony młodzieży żeńskiej. Organ Katolickiego Związku Młodzieży Żeńskiej. Wychodzi od 1920 r. w Poznaniu.

Moja przyjaciółka — dwutygodnik popularno - praktyczny dla kobiet. Wychodzi od 1934 r. w Zninie. Red. Danuta Wyrybkowska.

Pani Domu — dwutygodnik, organ Związku Pań Domu i Instytutu Gospodarstwa Domowego. Założony w 1933 r. Red. Romanowa i Zofia Brykałska.

Praca Obywatelska — dwutygodnik zał. w r. 1928, organ Związku Pracy Obywatelskiej Kobiet. Red. Zofia Popławska.

Pracownica Polska — miesięcznik dla służących. Organ Polskiego Związku Zawodowego Chrześcijańskiej Służby Domowej.

Prosta droga — tygodnik popularny z dodatkiem „Życie wsi". Red. Helena Ceysingerówna. Wyd. Związek Pracy Obywatelskiej.

Przodownica — ilustrowany dwutygodnik dla kobiet wiejskich, organ Wydziału Kół Gospodyń C. T. O. i K. R. — wychodzi od r. 1930.

Rodzina Wojskowa — miesięcznik Stow. R. W., wychodzi od 1937 r. Red. Zofia Dragatowa.

Rodzina i Dziecko — miesięcznik, wydawany przez „Zespół rodziców", wychodzi od 1936 r.

Świat kobiecy — *Rekord.* Żurnal mód z uwzględnieniem działu praktyczno-towarzyskiego.

Skrzydła — miesięcznik instruktorek harcerskich. Wychodzi od 1930 r. Jest wyrazem ideologii i pracy harcerstwa żeńskiego.

Świat Pięknej Pani — magazyn kobiecy. Wychodzi od 1937 r. pod redakcją Janiny Kusiecówny.

Współczesne Życie Kobiet — miesięcznik popularny, antykomunistyczny. Wychodzi od 1937 r. pod redakcją Zofii Zaleskiej.

Ziemianka Polska — miesięcznik. Organ Zjednoczonych Ziemianek. Wychodzi od 1908 r. w Warszawie. Obecnie ma dodatek „Głos młodych ziemianek".

Plastyka

Statystyka sporządzona przez Kongres Obyw. Pracy Kobiet ustaliła cyfrę 850 czynnych plastyczek. Na ich czoło wysuwają się dwie potężne indywidualności: Olga Boznańska ze starszego, przedwojennego pokolenia, stale przebywająca w Paryżu o sławie europejskiej, — i młodsza Zofia Stryjeńska, piewczyni dynamicznego polskiego folkloru, tańców, obyczaju, narodowego temperamentu i słowiańskiej mitologii.

Obok malarstwa stalugowego i rzeźby (raczej figuralnej niż monumentalnej) pięknie rozwija się grafika ze swoją pionierką Zofią Stankiewiczówną, która otwiera długi szereg utalentowanych przedstawicielek sztuki czarno-białej.

Zdobnictwo, zwłaszcza tkactwo i haft ludowy, mają zarówno rzesze wykonawczyń, jak i jednostki uświadomione artystycznie, które czuwają nad czystością wzorów ludowych.

ARTYSTKI MALARKI

Maria Berezowska

Świetna ilustratorka Fraszek Kochanowskiego, Dekamerona, paryskich tygodników humorystycznych. Natura renesansowa z dużą romieszką sarmackiej rumaszności. W ostatnich czasach przerzuciła się na akwarelę. Jej portrety Rose Bailly, Mistinguette, Louise Hervieu, główki dziecięce, męskie studia portretowe stanowią nowy etap rozwoju tej bogatej indywidualności.

Olga Boznańska

Zasłużona nestorka polskich malarek, stale zamieszkała w Paryżu, portrecistka o sławie wszechświatowej. Jej impresjonistyczne prace to „dematerializacja materii", dają nie tyle wizerunek osoby portretowanej, co odzwierciedlenie wrażenia, jakie wywarł on na artystce.

Michalina Krzyżanowska

Świetna pejzazystka, czująca duszę krajobrazu polskiego, zwłaszcza ziem wschodnich. Umie wydobyć z nich nastrój romantyczny zapomocą indywidualnego sposobu posługiwania się barwą i linią. Nowogródek, Krzemieniec, Wiśniowiec, Luleszczyzna, wreszcie Bałtyk oto jej ulubione tematy.

Irena Łuczyńska-Szymanowska.

Malarstwo olejne, wykształcone na wzorach włoskiego renesansu. Portrety i akty kobiece, duża kompozycja „Stragan", prawdziwa orgia barw soczystych, skondensowanych. Kwia-

ty i martwe natury. Skłonność do monumentalności w malarstwie.

Ewa Łunkiewiczowa

Malarstwo abstrakcyjne. Rzeczywistość przetransponowana na kompozycję plam barwnych.

Simon-Pietkiewiczowa

Malarka nowoczesna ze skłonnością do prymitywizowania. Kompozycje temperą.

Teresa Roszkowska

Groteskowe ujęcie zbiorowych scen ulicznych i rodzajowych.

Zofia Stryjeńska

Potężna i na wskroś indywidualna wyobraźnia malarska w swoich cyklach ilustracyjnych: „Bogi słowiańskie", „Tańce polskie", „Gusła Słowian" i „Obrzędy", „Cztery pory roku", „Rzemiosło", „Krąg Piastów" daje swoją wizję mitologii i magii słowiańskiej, plastyczny wyraz narodowego obyczaju i temperamentu. Reprodukcje jej prac zdobią ściany niemal wszystkich szkół, świetlic itp.

RZEŹBIARKI

Hanna Nałkowska-Bickowa

Uczenica Dunikowskiego i Wittiga, twórczyni rzeźb monumentalnych, jak „Pomnik Okrzei", „Rycerz", projektów na pomniki Mickiewicza i Kraszewskiego. Celuje w pełnych wyrazu głowach i popiersiach.

Jej „Łukasiński" to plastyczny komentarz do heroicznych zmagań Polski i niewoli. Popiersie generała Orlicz-Dreszera uderza idealnym podobieństwem i siłą wyrazu.

Magdalena Gross

Animalistka. Jej stylizowane figurki zwierząt i ptaków mogą być ozdobą każdego ogrodu i wnętrza mieszkalnego.

Trzcińska-Kamińska

Rzeźbiarka tematów religijnych i historycznych. Jaj płaskorzeźba dekoracyjna zdobi gmach Sejmu. Poznań posiada jej pomnik Kościuszki.

Julia Keilowa

Zaczęła od portretów i głów. Jej „Norwid", rzeźbiony w drzewie ma dużo skupionego wyrazu. Obecnie wyspecjalizowała się w głowach i przedmiotach codziennego użytku, kutych ręcznie w blasze miedzianej i cynowej. Modele jej naczyń stołowych, waz, pater są wykonywane masowo przez jedną z naszych fabryk platerów.

Olga Niewska

Twórczyni nowoczesnych aktów, kobiecych, modeluje ciała rozwinięte pod wpływem sportu. W Parku Skaryszewskim stoi jej „Kąpiąca się".

Nitschowa

Twórczyni pomnika Curie-Skłodowskiej przed Instytutem Radowym w Warszawie.

GRAFICZKI

Grafika, inaczej zwana sztuką czarno-białą, była znana od dawna (sztychy Dürera), stosowana chętnie i w sztuce ludowej (drzeworyty religijne), ale jej rozkwit i rozpowszechnienie przyniosły dopiero czasy ostatnie.

Grafika technicznie tym się różni od malarstwa i rysunku, że artysta wykonywa rysunek nie wprost na

papierze, ale na płycie metalowej, desce drewnianej lub kamieniu litograficznym, powleka go warstwą farby drukarskiej i za pomocą prasy przenosi na papier. W ten sposób może wykonać z jednego oryginału szereg odbitek o tej samej wartości artystycznej.

Wskutek tego pojedyńczy drzeworyt, sztych, litografia, czy akwaforta jest tańsza od obrazu olejnego, akwareli czy rysunku i może być rozpowszechniana w setkach egzemplarzy. Dlatego grafikę nazywają sztuką demokratyczną. Jest ona dostępna dla wszystkich. Umieszczona za szkłem i oprawiona w wąskie ramki z drewnianych listewek, może wisieć wszędzie i być ozdobą zarówno wykwintnego, jak najskromniejszego wnętrza.

U nas pionierką grafiki była Zofia Stankiewiczówna. Obecnie mamy dużo młodych graficzek, głównie uczennic ś. p. prof. Skoczylasa, które najchętniej uprawiają drzeworyt.

Niektóre spomiędzy nich specjalizują się w t. zw. grafice użytkowej (plakiety, afisze, reklamy, liternictwo, graficzny układ książki lub czasopisma, ilustracje i zdobnictwo książkowe).

Trudno jest wyliczyć nazwiska wszystkich zdolnych graficzek. Jest ich b. wiele. Wymieniamy najbardziej znane.

*

Maria Duninówna — drzeworyt. Specjalność: miasteczka kresowe.

Fijałkowska — drzeworyt — lasy, ujęte realistycznie.

Bogna Krasnodębska-Gardowska. Drzeworytniczka, uczennica prof. Skoczylasa. Cykl drzeworytów jednobarwnych „Objawienie św. Jana", kolorowych „Droga Krzyżowa". Cykle: „Drzewa polskie", „Człowiek i drzewo" znamionuje nawrót od tematów religijnych do tematów związanych z ziemią, krajobrazem i człowiekiem.

Wiktoria Goryńska — drzeworytniczka. Cechuje w świetnych wizerunkach kotów. Poza tym interesują ją tematy religijne i sportowe (Szermierka).

Salomea Hładki—drzeworyt barwny. Zdolna ilustratorka książek.

Janina Konarska. Drzeworyt jednobarwny i kolorowy. Tematy sportowe, porty, zwierzęta. B. nowoczesne ujęcie.

Janina Nowotnowa (malarka i graficzka). W grafice specjalność: motywy architektoniczne.

Zofia Stankiewiczówna — nestorka i pionierka grafiki w Polsce. Specjalność: akwaforta i akwatynta. Teki zbiorowe: Kraków, Wilno, Warszawa, miasta pomorskie.

Telakowska — drzeworyty barwne pełne lekkości i wdzięku.

Architektura

Rzeczypospolitej Polskiej należą 82 kobiety na 1058 członków. W zawodzie tym kobiety zaczęły pracować po wojnie. Muszą walczyć jeszcze z uprzedzeniami odbiorców, ale liczne nagrody na konkursach architektonicznych świadczą, że kobiety w tym zawodzie nie ustępują mężczyznom.

W ciągu ostatnich dziesięciu lat kobiety zaprojektowały i wybudowały szereg obiektów najrozmaitszego rodzaju: szkoły, szpitale, sanatoria, kasy chorych, ubezpieczalnie, gmachy biurowe, hotele i kasyna,

warsztaty i magazyny wojskowe, domy i wille mieszkalne.

Jedno z najpiękniejszych i najnowocześniej urządzonych sanatoriów — zakład leczniczo-wychowawczy na Kubalonce dla dzieci jest wybudowane przez kobietę inż. arch. Jadwigę Dobrzańską wspólnie z architektem mężczyzną.

Bardzo często małżeństwa architektów pracują wspólnie (Brukalscy, Kodelscy). Wiele kobiet pracuje samodzielnie w dziale urbanistyki, tworząc plany miast, osiedli, kolonii i dzielnic wielkomiejskich.

Dział urządzenia wnętrz mieszkalnych, który przez całe wieki właściwie spoczywał niemal wyłącznie w rękach kobiet, za wyjątkiem wnętrz pałacowych i reprezentacyjnych, stał się obecnie terenem działalności zarówno kobiet, jak mężczyzn.

Wprowadzenie do wnętrz mieszkalnych tkanin ludowych, ludowej ceramiki itp. jest jednak zasługą głównie kobiecej propagandy.

Obecnie architekci nasi zrozumieli, że przy planowaniu nowoczesnych mieszkań nie podobna obejść się bez fachowego udziału kobiety, jako pani domu, inaczej mówiąc, bez uwzględnienia wymagań racjonalnej organizacji pracy i nowoczesnego funkcjonalizmu sprzętów i urządzeń gospodarczych.

Muzyka

Muzyka ma przedstawicielki kobiece we wszystkich działach: kompozycja, muzykologia, kapelmistrzostwo, prasa muzyczna, pedagogia specjalna i na terenie szkoły ogólnohistorycznej, wreszcie odtwórczość. Najbardziej wszechstronną i nowoczesną indywidualnością twórczą jest Anna Maria Klechniowska, autorka baletu „Juria“ i tryptyku śpiewaczego „Bilitis“.

W zakresie propagandy muzyki kobiecej specjalne zasługi położyła p. Lucyna Robowska jako odtwórczyni i p. Zofia Zdziennicka-Bergerowa jako organizatorka stoiska na wystawie w Chicago. Poranki muzyczne i koncerty na czerwcowym Kongresie Obywatelsko - Społecznej Pracy Kobiet dały bogaty przegląd kompozycji kobiecych.

KOMPOZYTORKI MUZYCZNE

Bacewicz-Biernacka Grazyna. Kierunek skrajnie modernistyczny. Kompozycje symfoniczne.

Białkiewiczówna Irena. Kierunek zachowawczy. Symfonie, koncerty fort. z orkiestrą. Pieśni.

Dorabialska Helena. Kierunek umiarkowany. Opera „Hanusia“, Utwory fortepianowe. Pieśni.

Drege-Schielowa. Pieśni, drobne utwory instrumentalne.

Gnus Ryta. Utalentowana kompozytorka pieśni i piosenek dla dzieci. Wybitna siła pedagogiczna.

Grzegorzewicz-Lachowska Janina. Kierunek modernistyczny z oparciem o muzykę ludową. Pieśni i drobne utwory fortepianowe.

Klechniowska Anna Maria. Wybitnie i wszechstronnie utalentowa-

na kompozytorka. Kierunek nowoczesny. Ważniejsze utwory: poemat historyczny „Wawel“ na orkiestrę, balet „Juria“ osnuty na motywach ludowych ziemi Wileńskiej, „Bilitis“ tryptyk sceniczny na głos żeński, fortepian i chór tancerek.

Markiewiczówna Władysława. Tworzy głównie na fortepian i na zespoły kameralne.

Tańce, piosenki rewiowe, operetki: Vorbond — Dąbrowska, Gordonówna, Karasińska.

Teatr i kino

KOBIETA W TEATRZE

Poważne zasługi w rozwoju naszej sztuki teatralnej położyły kobiety, jako organizatorki i dyrektorki teatrów. Nuna Młodziejowska przed wojną cały swój majątek włożyła w założony przez siebie teatr w Wilnie. Świetna tragiczka Wysocka podczas wojny w Kijowie prowadziła studio dramatyczne, a później już w niepodległej Polsce była kierowniczką Szkoły dramatycznej i reżyserką. Twórczynią teatru dla dzieci „Jaskółka“ była Janina Strzelecka. Kierowniczką artystyczną tegoż teatru była Halina Starska, obecnie prowadząca objazdowy teatr dla dzieci, zorganizowany przez Związek Nauczycielstwa Polskiego. Maria Strońska z dużym poświęceniem prowadziła teatr „Ateneum“. Ulubienica publiczności warszawskiej Maria Malicka ma własny teatr, świetnie prosperujący.

Jako reżyserki kobiety wykazują dużo inwencji, artystycznego smaku i poczucia stylu (Wysocka, Perzanowska, Przybyłko-Potocka, Zelwerowiczowa, Modrzewska). W Instytucie Reduty Kunina prowadzi odcinek widowisk dla dzieci, Dulębianka je reżyseruje, Mysłakowska organizuje popołudniówki literackie. W uczelniach teatralnych kobiety zajmują wybitne miejsca jako profesorki. W dekoracji teatralnej udatnymi osiągnięciami mogą poszczycić się Węgierkowa, Lorentowiczówna, Jewniewiczowa.

Z każdym rokiem przybywają młode siły — absolwentki P.I.S.T. Zwraca uwagę jeden objaw: niemal zupełny brak sił bohaterskich, przewaga żywiołu kameralnego.

FILM

Niektóre z artystek naszych, zarówno starszego jak i młodszego pokolenia, próbują sił swoich w filmie, na ogół z dobrym sukcesem, aczkolwiek ekran ma i inne nieco wymagania niż scena. Wielkiej gwiazdy filmowej — jakiejś Marleny, czy Grety Garbo nie posiadamy. Utwory naszych powieściopisarek chętnie są filmowane; niektóre, np. „Dziewczęta z Nowolipek“, „Granica“, „Strachy“, z poszanowaniem oryginalnego wątku i dość szczęśliwym jego transponowaniem na ekran.

Sport kobiecy w Polsce

Trzeba przyznać bezstronnie, że sport polski więcej zawdzięcza kobietom niż mężczyznom. Największe sukcesy zagraniczne, bicie rekordów światowych, zdobywanie zaszczytnych miejsc i propagowanie polskości w krajach, gdzie jeszcze niedawno nic o nas nikt nie wiedział, to przeważnie zasługa kobiet. Nie trzeba się specjalnie wysilać, aby tego dowieść.

Co roku najlepszy sportowiec otrzymuje Państwową Nagrodę Sportową. Zaszczytne to odznaczenie przyznawane jest tej osobie, która osiągnie najlepszy a zarazem najbardziej wartościowy wynik sportowy. W roku 1927 P. N. S. jest przyznana po raz pierwszy i przypada w udziale znakomitej polskiej lekkoatletce Halinie Konopackiej. Następnego roku (1928) Halina Konopacka, mistrzyni olimpijska, zdobywa nagrodę po raz drugi. Następne trzy lata to wprawdzie hegemonia mężczyzn (1929 r. Budzyński i Mikołajczyk — wioślarze, 1930 r. — Petkiewicz, 1931 r. — Kusociński), ale już w 1932 roku nagroda przechodzi w ręce kobiet. W 1932 roku otrzymują ją Stanisława Walasiewiczówna i zatrzymuje również w 1933 roku. Teraz z kolei w 1934 r. Państwową Nagrodę Sportową zdobywa Jadwiga Wajsówna. W 1935 r. jeszcze raz na arenie zjawia się mężczyzna, wioślarz Verey, ale następne dwa lata znów należą do kobiet. Wajsówna otrzymuje P. N. S. w 1936 r. a Jadwiga Jędrzejowska w 1937 r. Tak więc Państwowa Nagroda Sportowa przyznawana ogółem 11 razy, 7 razy została zdobyta przez kobiety, a tylko 4 razy przez mężczyzn.

Niestety powyższa statystyka nie świadczy wcale o tym, że sport kobiecy w Polsce rozwija się coraz pomyślniej i coraz szersze zatacza kręgi. Pomimo usilnych starań, aby jak najszersze rzesze kobiet zainteresować sportem, wpoić w nie zrozumienie wartości, jakie daje racjonalne wychowanie fizyczne, trzeba stwierdzić ze smutkiem, że ogólny poziom sportu kobiecego jest jeszcze w Polsce dosyć niski. Bo parę wybitnych jednostek, bijących rekordy światowe i zdobywających medale olimpijskie, to jeszcze nie wszystko. O usportowieniu kraju świadczy nie tylko jakość, ale i ilość. A u nas z tą ilością jest gorzej. Parę czołowych zawodniczek dzieli od reszty przepaść. Jeżeli zabraknie nam Jędrzejowskiej, czy Walasiewiczówny, to nie mamy szans wygrania z żadnym państwem stojącym na przyzwoitym poziomie. Wyhodowanie jednej rekordzistki i eksploatowanie jej na wszystkich frontach nie jest dobrym systemem,

trzeba mieć szereg zawodniczek na takim poziomie, aby można je śmiało sprezentować na arenie międzynarodowej bez obawy kompromitacji. Tak jest np. w Niemczech, gdzie często w tym samym czasie odbywają się zawody z paroma państwami i wszystkie są dobrze obsadzone.

Polska, jeśli chodzi o kulturę sportową, jest jeszcze państwem dosyć młodym, więc nie należy się dziwić, że może jeszcze nie wszystko jest tak, jakby być powinno. W każdym razie dla popularyzacji sportu robiło się i robi bardzo dużo, a że rezultaty nie przychodzą natychmiast, jest rzeczą zupełnie zrozumiałą. Państwowy Urząd Wychowania Fizycznego i Rada Naukowa Wychowania Fizycznego pracują, a plony tej pracy na pewno nie dadzą długo na siebie czekać.

Wprowadzenie P. O. S. (Państwowej Odznaki Sportowej) umożliwiło każdemu wykazanie swej sprawności fizycznej i pobudziło do szlachetnej rywalizacji zarówno młodzież jak i dorosłych. Program wychowania fizycznego w szkołach zarówno męskich jak i żeńskich został znacznie rozszerzony. Centralny Instytut Wychowania Fizycznego w Warszawie, obecnie przemianowany na Akademię Wychowania Fizycznego kształci na trzyletnim kursie rzesze fachowych instruktorów i instruktorek, tak samo jak i studia W. F. przy Uniwersytecie w Krakowie i w Poznaniu. Obozy letnie i zimowe organizowane przez P.U.W.F., Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej Kobiet i inne organizacje przygotowują grunt, zaznajamiając jak najszersze rzesze kobiet z koniecznością poświęcenia choć trochę czasu racjonalnemu wychowaniu fizycznemu. Rozwój klubów i organizacji sportowych, rozwój poradni sportowo-lekarskich, rozwój zainteresowania się publiczności imprezami sportowymi, wszystko to świadczy o tym, że jeśli może nawet teraz nie jest jeszcze zupełnie dobrze, to w każdym razie należy się spodziewać, że wkrótce dobrze będzie, i że sport polski będzie mógł się pochwalić nie tylko wybitnymi jednostkami, ale dziesiątkami tysięcy kobiet, dla których wychowanie fizyczne nie jest tylko środkiem do zdobywania nagród i odznaczeń, ale i środkiem, który prowadzi do zachowania sił i młodości przez długie lata.

Z DZIAŁALNOŚCI TOW. KRZEWIENIA KULTURY FIZYCZNEJ KOBIET

Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej Kobiet, które w roku ubiegłym obchodziło jubileusz 5-cio letniego istnienia, ma za główny cel udostępnienie wychowania fizycznego jak najszerszym warstwom kobiet.

Towarzystwo zajmuje się przede wszystkim kobietą pracującą, a nie należącą do żadnej organizacji, przy czym wiek, środowisko, ani wyznanie nie odgrywają żadnej roli.

Prace T-wa idą głównie w kierunku organizacji obozów wypoczynkowych o charakterze propagandowym wychowania fizycznego. W roku 1938 przeprowadzono następujące obozy letnie: w Ciechocinku i Truskawcu zdrowotno-wypoczynkowe, w Ostrowiu nad morzem i w Beremianach nad Dniestrem — obozy „dzikie" zakwaterowane w namiotach, obóz wędrowny kajakowy po Wileńszczyźnie, obozy wędrowne piesze po Tatrach i Karpatach Wsch. i obóz sportów

wodnych nad jeziorem Narocz. Obozy w Ciechocinku i Truskawcu były dostępne także dla dzieci, obozy wędrowne — dla mężczyzn. Poza tym dla pracownic domowych, rzemieślniczek, robotnic itp. odbył się obóz nad morzem.

W zimie T. K. K. F. K. zorganizowało 4 obozy narciarskie w: Zakopanem, Krynicy, Karpatach Wsch. i Głębcach k.Wisły.

Oddziały lokalne T-wa, które znajdują się w Warszawie, Katowicah, Łodzi, Lwowie, Krakowie, Wilnie, Częstochowie i Lublinie, organizują na swoim terenie ośrodki wychowania fizycznego, prowadząc zespoły gimnastyczne, plastyczne, gier sportowych, pływackie, łyżwiarskie itp. oraz week-endy i wycieczki. Wszystkie imprezy organizowane przez Oddziały są dostępne zarówno dla członkiń T-wa, jak i dla niestowarzyszonych. Poza tym w świetlicach różnego typu T. K. K. F. K. prowadzi akcję propagandową wychowania fizycznego dla ekspedientek, pracownic domowych, rzemieślniczek, robotnic.

W maju roku ubiegłego odbyła się w Warszawie Ogólnopolska Konferencja Kultury Fizycznej Kobiet zorganizowana przez T-wo, w której wzięło udział 150 osób przeważnie instruktorek w. f. Na Konferencji wygłoszono następujące referaty: „Samokształcenie i praca nad sobą instruktorki w. f.", „Bankructwo powszechności sportu zawodniczego", „Sport szkolny", „Wychowanie fizyczne i sport kobiecy", „Wskazania i zastrzeżenia lekarskie", „Zdrowie a sport", „Niedomagania wychowania fizycznego kobiet i drogi rozwoju", „Sport a odżywianie", „Kultura sportowa w rodzinie i jej znaczenie dla społeczeństwa", „O turystykę popularną'.

Walne Zgromadzenie Członkiń Towarzystwa w dniu 19-ego maja 1938 roku wybrało Radę w następującym składzie:

Przewodnicząca — Maria Miłobędzka, v-przewodniczące: Maria Uklejska, Janina Miedzińska, Helena Olszewska, Kazimiera Muszałówna. Członkinie: Halina Konopacka-Matuszewska, Wanda Ivanka-Prażmowska, Stanisława Mianowska, Amelia Żółtowska, Wiera Czajkowska, dr Eleonora Reicherówna, dr Wanda Czarnocka-Karpińska, dr Jadwiga Titz-Kosko, Helena Śliwowska, Janina Rendznerowa. Komisja Rewizyjna: Wanda Openchowska, Helena Śliwińska, dr. Jadwiga Lechicka. Zastępczynie: Eugenia Kempistowa, Stanisława Zytkowiczowa, Maria Gudówna.

Zarząd Główny wybrany przez Radę ukonstytuował się następująco:

Przewodnicząca — Maria Miłobędzka, v-przewodniczące: Wanda Ivanka-Prażmowska, dr Jadwiga Titz-Kosko, sekretarka — Stefania Krzyżewska, skarbniczka — Zofia Krzyczkowska, referat w. f. — Stefania Krzyżewska, referat urządzeń obozowych arch. Helena Morsztynkiewiczowa, referat propagandy i prasy— Janina Ratyńska.

Adres Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej Kobiet: Warszawa, al. Szucha 29, tel.: 7-15-30.

LEKKA ATLETYKA

Lekka atletyka zwana królową sportów jest podstawą igrzysk olimpijskich. Biegi, skoki i rzuty to jedne z najstarszych form sportu. Program lekkoatletycznych olimpijskich zawodów kobiecych zawiera obecnie 9 konkurencji: biegi na 100 m, 200 m, 80 m i bieg przez płotki, skok wzwyż, skok w dal, rzut kulą, rzut dyskiem, rzut oszczepem i sztafetę 4 × 100 m.

Po raz pierwszy Polska wzięła udział w Olimpiadzie w Paryżu w 1924 roku. Wyniki były bardzo skromne. Zajęliśmy jedynie II-gie miejsce w drużynowym wyścigu kolarskim na 4000 m i III-cie w jeździe konnej w konkursie skoków. Pierwsza piękna karta w historii polskiej lekkoatletyki kobiecej to Igrzyska Olimpijskie w Amsterdamie w 1928 roku. Na nich to nasza znakomita dyskobolka Halina Konopacka uzyskuje pierwsze miejsce i złoty medal. Los Angelos w roku 1932 przynosi nam znów pierwsze miejsce w biegu na 100 m, dzięki Stanisławie Walasiewiczównie. Rezultaty ostatnich Igrzysk w Berlinie w 36 roku wyglądają nieco gorzej, gdyż nie zdobywamy ani jednego złotego medalu. Walasiewiczówna zwyciężona przez Amerykankę Stephens, jest dopiero druga, druga jest również Wajsówna pokonana w rzucie dyskiem przez Niemkę Mauermayer, Kwaśniewska w rzucie oszczepem jest trzecia za Niemkami: Fleischer i Krüger.

Najpiękniejsza postać polskiego sportu kobiecego, dwukrotna zdobywczyni Państwowej Nagrody Sportowej, Halina Konopacka, wycofawszy się niestety z czynnego życia na boisku, okazała się niezastąpioną. Obecnie filarem i podporą naszej lekkiej atletyki kobiecej jest Stanisława Walasiewiczówna, nie tylko doskonała szybkobiegaczka, ale także rekordzistka skoku w dal, oraz doskonała oszczepniczka i mistrzyni Polski w pięcioboju (pięciobój składa się z: biegu na 100 m, skoku w dal, skoku wzwyż, rzutu kulą i rzutu oszczepem).

Dzięki Walasiewiczównie uzyskaliśmy w tym roku wcale dobry wynik w meczu z Niemkami o puchar ufundowany przez ambasadora Lipskiego. Wygrała ona biegi na 100 m i 200 m, skok w dal i przyczyniła się walnie do zwycięstwa sztafety. Mimo to Niemki, które wystąpiły w najsilniejszym składzie (Mauermayer, Krauss, Gelius), zdobyły puchar po raz trzeci i tym razem już na własność, zwyciężając w stosunku 59 pkt. — 40 pkt.

Oficjalna lista rekordów polskich wygląda następująco: Walasiewiczówna 50 m — 6,3; 80 m — 9,6; 100 m — 11,6; 200 m — 23,6. Bieg 80 m przez płotki — Schabińska — 12,4 (rekord świata Burke, Anglia — 11,3). Skok w dal — Walasiewiczówna — 602,5 cm. (rekord światowy). Skok wzwyż Krajewska—150,5 (rekord świata Dora Ratien (Niemcy) 165 cm. obecnie zakwestionowany z powodu zmiany płci przez rekordzistkę). Rzut kulą—Wajsówna 12,18 mtr (rekord świata Stephens (U. S. A.) — 13.47 mtr.). Rzut dyskiem — Wajsówna 43,22 mtr. (rekord świata — Mauermayer (Niemcy) — 45,10 mtr). Rzut oszczepem — Kwaśniewska - Trytkowa — 40,03 mtr. Pięciobój Walasiewicówna 341 pkt. (rekord świata Gizella Mauermayer — 377 pkt.). Na podstawie 50 najlepszych wyników w

każdej konkurencji w roku ub. klasyfikacja przedstawia się następująco jeśli chodzi o lekką atletykę w ogóle: 1) U. S. A., 2) Niemcy, 3) Finlandia, 4) Szwecja; 5) Anglia, ... 11) Polska. Jeśliby jednak wziąć pod uwagę tylko lekką atletykę kobiecą, to z pewnością Polska zajęłaby dużo lepsze miejsce, gdzieś w pobliżu takich potęg jak Niemcy i U. S. A.

PŁYWANIE

Pływanie jest bezwzględnie jednym z najzdrowszych sportów. Wpływa doskonale na system nerwowy, wzmaga pracę płuc, serca, narządów wydzielniczych, oczyszcza skórę, czyni ją miękką. Przy tym ma tą cudowną właściwość, że u osób szczupłych zaokrągla kształty i rozwija silnie klatkę piersiową, u grubych zaś powoduje schudnięcie i nadaje im piękną, smukłą linię i zgrabne ruchy.

Kobiety mają do pływania specjalne zdolności i w żadnym sporcie nie zagrażają tak bardzo mężczyznom, jak właśnie w pływaniu. Wciąż zwiększająca się ilość basenów krytych ułatwia uprawianie tego sportu przez cały rok.

Warszawa posiada 5 zimowych pływalni, z czego dwa największe to basen YMCI i C. I. F. U. oba zakrojone na europejską skalę. Czołowe pływaczki polskie to: w stylu dowolnym Kratochwilówna, w stylu zmiennym — Szczerbówna, w stylu klasycznym Bollówna, w stylu grzbietowym — Banaszewska. Do rekordów światowych jest nam jednak jeszcze dosyć daleko. Najlepsza polska pływaczka Kratochwilówna, przebywająca stale we Włoszech, pobiła wprawdzie ostatnio 7 rekordów polskich, ale jej czas na 200 m wynosi 2:50.7, podczas gdy znakomita Dunka Ranghild Hveger robi tę odległość w czasie 2:29,4.

W ogóle Dania zajmuje pierwsze miejsce jeżeli chodzi o pływanie kobiece. Ranghild Hveger posiada 17 rekordów światowych a jej rodaczki: Sorensen, Krafft, Christensen, Brunstrom nie pozostają zbyt daleko w tyle. Najgroźniejsze przeciwniczki Dunek to Holenderki: Willie den Ouden, Ria Mastenbroek, Senff i Tini Wagner. W tym roku na mistrzostwach pływackich Europy w Londynie, Dunki odebrały puchar Brediusa Holenderkom, a z 7-miu możliwych mistrzostw zdobyły 5 i jedno w. mistrzostwo. Poza tym młodziutka Dunka Inge Beeken w skokach z wieży pobiła bezapelacyjnie Niemkę Heinze. Dobrą klasę reprezentują także w Europie pływaczki angielskie: Waldham, Grant, Hinton, Trampton i niemieckie: Schmitz, Wollschlager, Stolte, Fischer. W Ameryce na czoło wysuwa się Katherine Rawls, oraz młodziutkie: Doroty Ferbes, E. Ryan i Callen. Amerykanki celują także w skokach z wieży i trampoliny (M. Gestring).

Strój. Kupując kostium kąpielowy trzeba pamiętać o tym, że na większości pływalni obowiązuje ze względów higienicznych kolor biały. Biały zaś kostium musi być ściśle tkany i w dobrym gatunku, gdyż rzadki będzie po wyjściu z wody bardzo przeświecał. Należy unikać kostiumów zbyt fantazyjnych, które nadają się na plażę i do opalania, ale nie do pływania. Czepek musi być też w dobrym gatunku, zachodzący na uszy

i ściśle przylegający do głowy, zwłaszcza, jeśli pani nie chce zniszczyć fryzury. Jeżeli ktoś nie umie jeszcze pływać, to najlepiej zacząć naukę pod okiem instruktora, czy instruktorki, zwłaszcza jeśli chodzi o crawla, najpopularniejszy obecnie system pływania, wypierający „żabkę' i inne style, a wcale nie taki bardzo trudny jakby się zdawało.

KAJAK

Sport kajakowy, mimo że jeszcze bardzo młody, od razu zyskał sobie w Polsce dużą popularność, gdyż w turystyce wodnej kajak stanowi idealny środek komunikacji. Szybki, lekki, niedrogi, służy równie dobrze do krótkich wycieczek lub spędzenia week-endu, jak i do dłuższych wypraw. Prototyp obecnego kajaka — to kajak eskimoski, indyjska canoe, piroga używana na wyspach Polinezji.

Pierwszym zaś kajakowym turystą naszych czasów, który na drewnianym kajaku z klepek zwanym „Rob Roy" przemierzył wiele rzek zachodniej Europy, był Anglik Mac Gregor. Pierwszy składak „Delfin" został skonstruowany w roku 1905 przez studenta architektury z Monachium Alfreda Heuricha, wzorem do niego były kajaki eskimoskie. Ojcem pierwszego kajaka żaglowego jest twórca Harcerstwa Baden-Powell. „Royal Canoe Club" jest pierwszym klubem kajakowym założonym w roku 1866 w Anglii przez wyżej wymienionego pioniera turystyki kajakowej, Mac Gregora. Następnie powstają związki kajakowe w Ameryce, Szwecji, Danii, Niemczech i Austrii.

Sport kajakowy w Polsce zorganizował się w 1928 roku, gdy Polski Związek Narciarski wyłonił Komisję Kajakową, zwaną obecnie Polskim Związkiem Kajakowców. Czołowe przedstawicielki polskiego sportu kajakowego to: Lanżanka, Prassówna, Hadamicka i Szmidtówna.

Sprzęt i strój. Kajaki można podzielić zasadniczo na trzy typy. **Składak** najnowocześniejszy typ kajaka, jest rozbieralny, a więc specjalnie łatwy do przewożenia lub przenoszenia. Składa się z drewnianego szkieletu i gumowanej powłoki. Jest dosyć drogi. **Kanadyjka** pochodząca od łodzi indyjskich, jest zbudowana całkowicie z drzewa, odkryta z wierzchu, może pomieścić do 4 osób, nadaje się najbardziej na wody stojące. **Kajak szwedzki** z klepek, dykty lub płótna pomalowanego olejną farbą, jest kajakiem najczęściej spotykanym i najtańszym. Nadaje się do żeglowania.

Poza tym kajaki dzielą się jeszcze na: **morskie i słodkowodne, wiosłowe — wyścigowe, wiosłowe — turystyczne, żaglowe — wyścigowe, żaglowe turystyczne** itp.

Do ekwipunku kajakowego należy: fartuch nieprzemakalny chroniący od zalania przez fale, worki nieprzemakalne szczelnie zapinane do przewożenia rzeczy, komory bezpieczeństwa, zabezpieczające kajak przed utonięciem, nabite powietrzem gumowe albo blaszane, gumowe poduszki do siedzenia, no i oczywiście wiosła, względnie maszt i żagle jeśli kajak jest żaglowy.

Strój do kajaka to oczywiście kostium kąpielowy, a na dnie chłodniejsze lub na wieczór — kostium treningowy, a więc luźna, wyrzucana, flanelowa bluza i takież długie

spodnie. Osoby o wrażliwych oczach nie powinny zapominać o okularach, gdyż na wodzie tak jak i na śniegu, jest bardzo silny blask.

KOLARSTWO

Rower ma wielką wartość, jako środek komunikacyjny, niezastąpiony zwłaszcza na wsi, czy w mniejszych miastach. Jest też cudownym środkiem lokomocji przy wszelkich wycieczkach i turystyce. Jazda na rowerze jest przede wszystkim świetną gimnastyką całego ciała, wzmacnia mięśnie nóg, rąk, brzucha, piersi, pobudza czynność przewodu pokarmowego, wyrabia głęboki oddech, ma także doskonały wpływ na system nerwowy. Człowiek wyczerpany psychicznie będzie się czuł doskonale po choćby krótkiej przejażdżce na rowerze. Trzeba jednak zacząć od krótkich wycieczek i powoli, stopniowo zwiększać odległości. Nie urządzać żadnych wyścigów, jechać równo, spokojnie, zwłaszcza jeśli ktoś ma serce niezupełnie w porządku.

Zawodów kolarskich dla kobiet nie organizuje się, gdyż zbyt forsowne uprawianie tego sportu mogłoby być szkodliwe dla płci słabszej. We Francji jednak istnieje oficjalny kobiecy związek kolarski, organizujący zawody p. n. „Pierwszy krok". Poziom kolarek francuskich jest bardzo wysoki. Niedawno Jeanine Zuschmitt pobiła rekord świata w jeździe godzinnej na rowerze, przejeżdżając 35 km. 670 m. w ciągu 60 minut. Jeszcze lepszy wynik ma p. Machurey a mianowicie 35 km. 970 m. Rekord ten jednak nie został uznany. Należy podkreślić, że jakkolwiek kobiety mogą widocznie osiągać w kolarstwie doskonałe rezultaty, to jednak ten sport traktowany zawodniczo nie jest dla nich wskazany.

Strój i sprzęt. Na wycieczkę rowerem najlepszym strojem używanym najczęściej za granicą są szorty lub „jupe culotte". Do tego wełniana koszulka, na dni chłodniejsze sweterek lub krótka kurteczka. W naszym klimacie mogą się także przydać pumpy do kolan i wełniane pończochy, oraz na dłuższe eskapady nieprzemakalna peleryna, umożliwiająca jazdę nawet w czasie deszczu. Obuwie albo na niskim obcasie albo w ogóle na płaskiej podeszwie.

Do wycieczek nadaje się najlepiej **rower turystyczny** z kierownicą wygiętą do góry. Siodełko musi być wygodne, duże, na dobrych sprężynach i w odpowiedniej odległości od kierownicy. Ważna jest także sprawa przekładni, bowiem jazda na rowerze ze zbyt dużą przekładnią szybko nuży. Poza tym rower turystyczny musi mieć wolne koło z samoczynnym hamulcem, błotniki i balony zabezpieczające od wstrząsów.

Ekwipunek turystyczny należy umieszczać na bagażniku, umocowanym nad tylnym kołem, jeśli jeden nie wystarczy dodać drugi nad przednim, nigdy zaś nie wozić rzeczy w plecaku na plecach. Konserwacja roweru nie jest trudna. Zakurzoną lub zabłoconą ramę czyści się suchą ściereczką. Raz na rok należy zmienić smary w ośkach kół przednich i tylnych, w osi na której są osadzone korby z przekładnią, w pedałach i w główce, na której jest umocowana kierownica. Łańcuch raz na

rok trzeba wygotować w łoju, roztopionym z grafitem, co go uodporni na kurz i wilgoć. Unikać zbytecznego rozbierania i składania roweru.

STRZELANIE

Strzelectwo kobiece, jako sport datuje się dopiero z pierwszych lat po wojnie. Rozwój ruchu dążącego do przysposobienia kobiet do obrony kraju sprzyja oczywiście rozszerzeniu się sportu strzeleckiego. Żeńskie obozy P. W. organizowane w latach 1922 — 1923 są zapoczątkowaniem sportu strzeleckiego wśród kobiet, wtedy to powstają żeńskie oddziały Związku Strzeleckiego. W roku 1924 na III-cich Ogólnopolskich Zawodach Strzeleckich występują pierwsze zawodniczki i osiągają zupełnie dobre wyniki. W roku 1927 powstaje kobiecy Klub Strzelecki, który organizuje co roku kobiece zawody strzeleckie, a począwszy od roku 1932 kobiece zawody strzeleckie odbywają się w ramach zawodów narodowych, w których biorą udział tylko czołowe zawodniczki poszczególnych klubów. Odznaka strzelecka wprowadzona w 32 r. rozszerza jeszcze zainteresowanie kobiet sportem strzeleckim. Odznaka strzelecka posiada trzy stopnie: może być brązowa (III kl.), srebrna (II kl.) i złota (I kl.) wreszcie może być odznaka wyborowa.

Naukę strzelania należy rozpocząć od zaprawy strzeleckiej. Początkowo więc należy strzelać w pozycji leżącej z broni o otwartych przyrządach celowniczych. Korzystne jest też zapoznanie się z bronią krótką (rewolwer, pistolet), która specjalnie nadaje się dla kobiet. Ogólne wyrobienie fizyczne gra bardzo wielką rolę przy uprawianiu sportu strzeleckiego, szczególnie zaś jeśli chodzi o mięśnie ramienia. Dlatego też należy koniecznie uprawiać gimnastykę, dobrą zaprawą jest również strzelanie z łuku.

Strój i sprzęt. Ubiór powinien być w kolorze niezbyt jasnym, najlepiej sweter lub bluza i szeroka spódniczka. Krój musi być luźny, aby ruchy były swobodne zarówno w postawie stojącej jak i leżącej. Pantofle na niskim obcasie.

Broń można podzielić zasadniczo na długą i krótką. Długa to: karabiny wojskowe, strzelby śrutowe, sztucery kulowe, krótka to pistolety i rewolwery. Poza tym broń może być z otwartymi lub zamkniętymi przyrządami celowniczymi. Do nauki strzelania nadaje się bardzo dobrze wiatrówka.

Czołowe strzelczynie polskie to w roku 1936 w karabinku sportowym dowolnym Heyduk - Kiersińska i Jurkowa, w karabinku sportowym krajowym Świerczewska, Stawarzowa, Wasilewska. W roku 37: Wasilewska, Jagodzińska, Krótkopadowa, w ub. roku zaś na centralnych Kobiecych Zawodach Strzeleckich zwyciężyły: w pistolecie dowolnym — Radomska, w pistolecie wojskowym — Nochowiczówna, pistolecie wojskowym II-ej klasy — Zorzeniówna. Zespołowo pierwsze miejsce zajęła i nagrodę przechodnią imienia Marszałka Józefa Piłsudskiego zdobyła reprezentacyjna drużyna Związku Strzeleckiego.

SZERMIERKA

Szermierka, tak jak i strzelanie oraz łucznictwo, należy do tak zwanych sportów bojowych. Szermierkę dzieli się na **trzy stopnie doskonalenia.** Pierwszy, to nauka mechaniki ruchów szermierczych, osiągnięcie płynności i sprawności w ich wykonywaniu, drugi to ćwiczenia umówione z innymi szermierzami, ćwiczenia o określonym przebiegu, wymagające wyczucia tempa, menzury i pewności parady, wreszcie trzeci — to walka czyli „assaut". Dopiero w trzecim, czyli w walce dwóch przeciwników widać zasadniczą myśl szermierki.

Szermierka kobieca o tyle różni się od szermierki męskiej, że estetyka ruchów powinna grać w niej równie ważną rolę jak chęć zwycięstwa. Ruchy zwinne, lekkie, sprężyste, wykonywane zdawało by się bez najmniejszego wysiłku, są w szermierce kobiecej nawet ważniejsze, niż ilość zadanych lub otrzymanych pchnięć.

Czołowe polskie florecistki to Stanoszkówna i Duch - Markowska i między nimi toczy się stale rywalizacja o pierwsze miejsce. Duch-Markowska była mistrzynią Polski w latach 34, 36, Stanoszkówna zaś w 35, 37 i 38 roku. Prócz wyżej wymienionych do czołowych florecistek można zaliczyć: Szreiderową, Gruberową, Laskowską i dr. Serini. W tym roku odbyły się w Piszczanach szermiercze mistrzostwa świata, w których Polki nie brały jednak udziału. Dwa pierwsze miejsca zajęły Czeszki: Sediva oraz Slaboch, trzecie Belgijka Adams, piąte i siódme miejsce obsadziły Francuzki, a czwarte i szóste również Czeszki.

Strój. Najważniejszą rzeczą jest, aby strój szermierczy chronił całe ciało. Przepisowy strój to: kurtka z wysokim kołnierzem i długimi rękawami zapinana z lewego boku, spódniczka kloszowa lub plisowana sięgająca do kolan, albo spodnie do kolan, pantofle na podeszwie z łosiowej skóry, pończochy i skarpetki, rękawice luźne brezentowe, jelonkowe lub też płócienne ze skórzaną wstawką od strony dłoni. Rękawice mogą nie mieć mankietu. Na zawodach F. I. E. wymagany jest strój cały biały, na innych zawodach wystarczy biała kurtka.

Sprzęt. Waga floretu damskiego nie powinna przekraczać 500 gr. Klinga, która powinna być jak najbardziej giętka może mieć maksymalną długość 900 mm. z gałką ochronną włącznie. Rękojeści floretu mogą być: włoskie, francuskie lub belgijskie. Bardzo ważną rzeczą jest także dobre rozłożenie ciężaru we florecie. Maska do szermierki, którą zakłada się na głowę w celu uchronienia twarzy, musi być lekka, sporządzona z mocnej, czarnej siatki drucianej, niezbyt wyściełana w środku. Oczywiście osoby przechodzące pierwszy stopień sztuki szermierczej, nie potrzebują się ślepo stosować do przepisów o stroju.

GIMNASTYKA

Aczkolwiek ciągle się o tym mówi i pisze, jeszcze bardzo mało kobiet zdaje sobie z tego sprawę, jak wielkie korzyści daje poranna gimnastyka. Ci wszyscy, których praca zawodowa zmusza do siedzenia przy biurku lub innym warsztacie pracy od razu poczują się inaczej, gdy prze-

robią codziennie parę ćwiczeń gimnastycznych przez 10 — 15 minut. Ciało nabierze sprężystości, ruchy staną się żywsze, oddech głębszy, cały dzień przejdzie przyjemniej i produkcyjniej. Gimnastykę powinien uprawiać każdy, poczynając od małego dziecka. Oczywiście inny będzie dobór ćwiczeń dla osób starszych, inny dla dorosłych a inny dla wieku dziecięcego, każdy jednak zdrowy człowiek przez całe swoje życie powinien się gimnastykować, zwłaszcza jeśli chce jak najdłużej zachować młodość i siły.

Jeżeli ktoś nie sypia przy otwartym oknie, to powinien koniecznie otworzyć je do gimnastyki i poczekać, aż świeże powietrze wpłynie do pokoju. Najlepszym strojem do ćwiczeń jest kostium kąpielowy, względnie gimnastyczne spodenki i sportowa koszulka, zaś w dni specjalnie chłodne kostium treningowy, (flanelowa luźna bluza i takież długie spodnie). Do ćwiczeń wykonywanych na podłodze dobrze jest podłożyć sobie jakiś chodnik, dywanik lub coś w tym guście.

Poranną gimnastykę rozpoczyna się od marszu, aby rozruszać i rozgrzać ciało. Następnie przechodzi się do ćwiczeń rąk, nóg, karku i tułowia, a więc przysiadów, wymachów kończyn, skrętów, zwisów, po tym następują biegi i skoki a na zakończenie ćwiczenia uspakajające, najlepiej znów marsze. Ćwiczenia należy wykonywać w dosyć szybkim tempie, oddychając jednak równomiernie, nie robić przerw. Mięśnie muszą być zwolnione, ruchy swobodne, giętkie. Po skończonej gimnastyce trzeba obmyć całe ciało ciepłą wodą z mydłem lub wziąć prysznic. Wypocenie się w czasie ćwiczeń jest bardzo zdrowe, ale zaraz po nich pot musi być usunięty, aby skóra mogła normalnie oddychać.

Chcąc mieć z porannej gimnastyki prawdziwą korzyść i przyjemność, należy ją uprawiać codziennie, gdyż tylko regularne ćwiczenie daje rezultaty. Kto nie może korzystać z gimnastyki nadawanej co rano przez radio, powinien zaopatrzyć się w podręcznik i ćwiczyć przy jego pomocy. Będzie to oczywiście forma dużo mniej atrakcyjna niż gimnastyka z muzyką, tak samo jednak wartościowa. Ci wszyscy zaś, którzy wolą ćwiczenia zespołowe i mają na nie czas, mogą korzystać z kompletów gimnastycznych organizowanych przez różne stowarzyszenia n. p. „Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej Kobiet" Warszawa, Al. Szucha 29, tel. 7-15-30.

Gimnastyka uprawiana już nie tylko, jako konieczność życia codziennego, ale sama dla siebie, ma w Polsce sporo zwolenników i zwolenniczek. Co roku rozgrywane są także mistrzostwa gimnastyczne, a nasze zespoły odnoszą również sukcesy zagraniczne. Czołowe polskie gimnastyczki to: Skirlińska, Sierońska, Majowska, Noskiewiczówna i Więckowska.

Sztuka prowadzenia samochodu to w obecnych czasach już nie tylko sport, ale także i konieczność. Gwałtowny rozwój motoryzacji w Ameryce i na zachodzie Europy dociera także już i do Polski. Samochód przestaje być luksusem, staje się niezbędnym środkiem komunikacji usprawniającym pracę tym wszystkim, dla których czas jest rzeczą cenną. Luksusem jednak w dalszym ciągu pozostaje szofer, to też obecnie zarówno pan jak i pani bardzo chętnie zasiadają przy kierownicy swego wozu, potrafią go naprawić i wyszorować.

Raidy i zawody automobilowe są doskonałym sprawdzianem nie tylko jakości maszyn, ale i umiejętności kierowców, niestety w Polsce panie nie tyle stronią od kierownicy, ile stronią od imprez automobilowych, nie zdając sobie widocznie sprawy, że są one jedyną i najlepszą szkołą. Co dziwniejsze, ta niechęć do wykazania swych umiejętności zamiast zmniejszać się, stopniowo wzrasta.

W pierwszym „Raidzie Pań" zorganizowanym przez Automobilklub Polski w 1926 r. wzięło udział 16 uczestniczek, w następnym roku już tylko 15, w 1937 roku 10, a w ub. roku raid się nie odbył z powodu braku odpowiedniej ilości zgłoszeń. Pierwszą polska wybitną automobilistką była p. M. Koźmianowa, która odnosiła także sukcesy i za granicą. Obecnie od paru lat na czoło wysunęła się p. Halina Regulska, wielokrotna triumfatorka raidów pań, która dowiodła w zeszłym roku, że kobieta przy kierownicy wcale nie ustępuje mężczyźnie. Startując w zawodach między Automobilklubem Łódzkim i Warszawskim zajęła pierwsze miejsce przy konkurencji 71 kierowców i to przeważnie mężczyzn.

Doskonale zapowiadającą się automobilistką jest p. Krystyna Walewska, która w zeszłym roku pierwszy raz wzięła udział w „Raidzie Pań" i zajęła drugie miejsce. Do grupy czołowych kierowczyń polskich trzeba także zaliczyć p. Annę Podhorodeńską, która w swej karierze nie opuściła ani jednego raidu i zawsze miała dobre wyniki.

Raid pań składa się z jazdy okrężnej, próby zrywu, hamowania i jazdy w tył, próby zwrotności oraz wyścigu płaskiego i górskiego, a więc większy nacisk jest położony na wartości praktyczne niż sportowe, gdyż trudniej jest nauczyć się jechać dobrze, niż brać udział w wyścigach. Za granicą ulubioną formą imprez automobilowych są właśnie wyścigi, odbywające się na odpowiednio urządzonych wspaniałych torach. Panie biorą w nich częstokroć udział i osiągają zupełnie dobre czasy. Ale wyścig wymaga wyścigowego wozu, a ten z powodu swej ceny mało dla kogo jest dostępny, organizowanie więc raidów, na maszynach seryjnych i słabszych, ma w każdym razie w Polsce dużo większą rację bytu i większe wartości praktyczne niż wyścigi.

Strój. Strój automobilowy zależy oczywiście od okoliczności. Kombinezon składający się z impregnowanych długich spodni i bluzy, oraz hełm i okulary przyda się w odkrytym samochodzie na raidzie lub dłuższej wycieczce, kiedy to nie raz trzeba wykonać jakąś brudną robotę, zmienić koło, lub wczołgać się pod maszynę. Normalnie zaś trzeba pa-

miętać o tym, że jeżeli jakieś specjalne okoliczności tego nie wymagają, (nie jedziemy z wizytą, do teatru, czy na przyjęcie), to strój najodpowiedniejszy będzie stanowił sportowy kostium, płaszcz angielski, pantofle na niskim obcasie, kapelusz o sportowym fasonie. Bowiem fantazyjny strój w samochodzie, zwłaszcza jeśli nie jest on wspaniałą limuzyną, nie tylko, że jest niepraktyczny, ale i razi, zwłaszcza jeśli pani ubrana, jak na dancing jedzie załatwiać poranne sprawunki.

TENIS

Tenis wywodzi się od angielskiego „lawn - tennis“, czyli od tenisa na korcie trawiastym. Do tej pory mistrzostwa w Wimbledonie, uznane jako nieoficjalne mistrzostwa świata, są rozgrywane na trawie. W innych krajach Europy gra się na kortach ziemnych i tylko Anglia, kolebka tego sportu, pozostała wierna tradycjom.

Początkowo był to sport tylko dla wybranych, obecnie tenis spopularyzował się bardzo, a Polska dzięki Jadwidze Jędrzejowskiej wsławiła się w „białym sporcie“ na całym świecie. Jędrzejowska, mistrzyni Polski od 1929 r. w roku 1936 dostaje się pierwszy raz na listę Myersa, klasyfikowana po zwycięstwie nad Jacobs, Mathieu i Stammers, jako 6-ta rakieta świata. W roku następnym dochodzi w Wimbledonie do finału, niestety po ciężkiej walce ulega Angielce Round. Jest jednak ogólnie uznawana za trzecią rakietę świata i na trzecim miejscu figuruje na liście światowej. W dowód uznania dla swych zasług otrzymuje Państwową Nagrodę Sportową.

W tym roku po chorobie nogi, Jędrzejowska gra słabiej i nie osiąga dobrych rezultatów. W Wimbledonie odpada wcześnie pokonana przez Jacobs, tak samo na mistrzostwach Ameryki eliminuje ją Fabyan. To też nasza mistrzyni spada znowu na 6-te miejsce światowej listy. Inne polskie tenisistki dzieli od Jędrzejowskiej przepaść. Oficjalną mistrzynią Polski jest obecnie Volkmer-Jacobsenowa, wice-mistrzynią Zofia Jędrzejowska. Poza nimi na czoło wysuwają się: Łuniewska, Bemówna, Siódówna, Głowacka, Gajdzianka, Andrutowa, Neumanówna i mistrzyni olimpijska w rzucie dyskiem Konopacka - Matuszewska.

Wielką sensacją tegorocznych mistrzostw w Wimbledonie było zdobycie po raz 8-my tytułu mistrzyni świata przez Amerykankę Helen Wills - Moody. Po trzyletniej przerwie, w czasie której palmę pierwszeństwa dzierżyły kolejno Jacobs i Round, Wills raz jeszcze zadokumentowała swą wysoką klasę. W tym samym czasie, gdy Amerykanka walczyła na kortach Wimbledonu,

zmarła w Paryżu jej najgroźniejsza przeciwniczka, najgenialniejsza tenisistka wszystkich czasów Zuzanna Lenglen, mistrzyni świata w latach 1919, 22, 23, 25 i mistrzyni olimpijska turnieju tenisowego w Antwerpii, która niepokonana ani razu; musiała z powodu choroby wycofać się z czynnego życia na korcie. Obecnie czołowe tenisistki świata to: Wills, Jacobs i Marble (Ameryka), Sperling (Dania), Jędrzejowska (Polska), Mathieu (Francja), Lizana (Chile), Hardwick, Stammers i Lumb (Anglia). Ilościowo prowadzi więc Anglia i Ameryka, ale Amerykanki są lepsze, bowiem 8-my raz z rzędu pokonały w tym roku Angielki w pucharze Wightmana, rozgrywanym corocznie między drużynami kobiecymi obu tych państw.

Sprzęt i strój. Kupując rakietę tenisową należy pamiętać o tym, że nie może być ona zbyt ciężka. Dla kobiety najlepszy będzie numer 12 i pół względnie 13. Rakietę trzeba przechowywać w prasie i w pokrowcu, jest bowiem bardzo wrażliwa na wilgoć. Najpopularniejszym obecnie strojem tenisowym są szorty i bluzka lub lekki sweterek. Dobra także będzie krótka plisowana lub układana spódniczka. Na nogi skarpetki wywinięte nad kostką (bardzo dobre są cienkie wełniane) i pantofle bez obcasa na gumowej podeszwie. Na głowę w upalne dnie przyda się daszek, osłaniający oczy od słońca, a gdy jest wiatr dobra będzie opaska, beret lub mała czapeczka, przytrzymująca włosy. Po zejściu z kortu przyda się bardzo biały sportowy płaszcz lub męskim krojem zrobiona kurtka, kolorowa, lub w pasy dwubarwne, oczywiście niezbyt fantazyjna.

HIPPIKA

Przyjaźń kobiety z koniem datuje się już od czasów dzielnych Amazonek. Konną jazdę uprawiały nasze babki i prababki, był to bowiem jeden z nielicznych sportów, dostępnych dla płci słabej i dobrze widzianych.

Obecnie popularność hipiki raczej się zmniejsza, jest ona zbyt kosztowna, dostępna tylko dla wybrańców losu, tych którzy mieszkają na wsi, utrzymanie bowiem konia w mieście to znacznie większy wydatek, niż parę godzin tenisa, wyprawa kajakiem, przedpołudnie spędzone na basenie itp. Mimo to mamy jeszcze dzielne amazonki, które potrafią nawet zakasować mężczyzn.

Na mistrzostwach jeździeckich Polski zorganizowanych w ub. roku w Bydgoszczy w konkursie pań i panów zwyciężyła p. Skupińska na Anitrze przed p. Kawecką na Polusie. Również na międzynarodowych zawodach hipicznych w Warszawie w konkursie św. Jerzego dla pań i jeźdźców cywilnych pierwsze miejsce zdobyła p. M. Zwierzchowska na Urwisie, trzecie — p. Kraińska na Turnieju. Tak więc te przedstawicielki płci pięknej, które jeszcze konną jazdę uprawiają, choć nieliczne, osiągnęły bardzo wysoki poziom.

Sprzęt i strój. Damskie siodło do konnej jazdy coraz bardziej wychodzi z użycia i bywa zastąpione męskim, wygodniejszym i znacznie bezpieczniejszym. Tak samo strój powłóczysty używany dotychczas przez amazonki zostaje powoli wypierany przez spodnie. Był to zresztą strój

bardzo piękny, efektowny i kobiecy, ale za to krępujący ruchy i bardzo niesportowy. Bryczesy, długie buty, bluzka, sweter, czy kurtka, na głowę beret lub kapelusz o męskim fasonie, zastąpią go znakomicie, choć nie będą miały może tyle uroku, co czarna amazonka i melon.

GRY SPORTOWE

Najpopularniejsze gry sportowe to koszykówka i siatkówka. Zarówno jedna jak i druga mają tę wielką zaletę, że wyrabiają mięśnie całego ciała, zręczność i szybkość ruchów, a poza tym można je uprawiać tak samo w lecie na powietrzu, jak i w zimie w hali, to też są doskonałą zaprawą dla wszystkich sportowców.

SIATKÓWKA

Polskie siatkarki mają za sobą szereg ładnych sukcesów. M. in. pokonały w tym roku mistrzowski zespół łotewski 2:0. Tytuł mistrza Polski w siatkówce kobiecej należał przez 8 lat do A. Z. S. warszawskiego, w zeszłym zaś roku przeszedł w ręce Harcerek łódzkich.

Polskie siatkarki mają już za sobą także udział w nieoficjalnych mistrzostwach w Strassburgu w 1930 r., gdzie pokonały Szwecję i Czechosłowację, ulegając w finale Francji, oraz dwukrotne zdobycie tytułu akademickich mistrzyń Europy w roku 1935 w Budapeszcie i w 37 r. w Paryżu.

Sprzęt. Dwa słupki wysokie 2 m. 60 cm. siatka długa 10 m. Szeroka 1 m. biała bawełniana lub konopna, impregnowana, obszyta u góry białą taśmą. Piłka składająca się z gumowej dętki w skórzanym pokryciu o obwodzie 66 cm. — 68 cm., ważąca od 256 gr. — 284 gr. Wymiary boiska 9 × 14 m.

KOSZYKÓWKA

W tym roku zostały zorganizowane w Rzymie pierwsze mistrzostwa Europy w koszykówce kobiecej, w których drużyna polska w składzie: Bruszkiewiczówna, Filipiakówna, Wojnarowska, Holfeierówna, Jaśnikowska, Gruszczyńska, Głażewska, Brzustowska, Kamecka i Wiszniewska zajęła trzecie miejsce.

Strój. Do siatkówki i do koszykówki najlepszym strojem jest kostium gimnastyczny, a więc krótkie spodeńki, wygodna bluzka bez rękawów, miękkie pantofle gimnastyczne na płaskiej podeszwie. Trenując w chłodny dzień na powietrzu, można włożyć długie luźne spodnie i luźną bluzę treningową, niekrępującą ruchów a dającą trochę ciepła. Bluzę może zastąpić obszerny sweter.

WIOŚLARSTWO

Wioślarstwo, jak i zresztą wszystkie sporty wodne, ma tę wielką zaletę, że odbywa się w czystym, wolnym od kurzu powietrzu. Ruchy wykonywane przy wiosłowaniu poruszają liczne grupy mięśni, a także i mięśnie nóg. Wioślarstwo kobiece ma w Polsce piękne tradycje dzięki Warszawskiemu Klubowi Wioślarek, założonemu w 1911 r.

Z sukcesów sportowych nasze wioślarki mogą się pochwalić nawet

zajęciem pierwszego miejsca na mistrzostwach Anglii w Londynie w 1931 roku. Mistrzyniami polskimi były ostatnio: trzykrotnie Kamilla Plewakowa, następnie Grabicka, a ostatnio Ałła Dowgird. Zespołowo przez dłuższy czas prym wiódł Warszawski Klub Wioślarek, aby w ub. roku ustąpić pierwszeństwa wioślarkom bydgoskim.

Mimo że bardzo popularne, wioślarstwo kobiece ma także wrogów, którzy twierdzą, że nie jest to odpowiedni sport dla płci słabej, gdyż wymaga zbyt wielkiego wysiłku. Oczywiście może tu być mowa tylko o wioślarstwie regatowym, gdyż turystyczne nie budzi żadnych zastrzeżeń. W Niemczech, gdzie uznano regaty kobiece za szkodliwe dla mniej silnych jednostek, wprowadzono regaty stylowe, w których nie szybkość, ale harmonia i precyzja ruchów oraz zgranie się całej osady grają główną rolę. Aby zaś wszystkim dogodzić organizuje się tam także tak zwane „Stillschnellrudern" połączenie regat stylowych z regatami szybkościowymi. Zasadą tych zawodów jest osiągnięcie możliwie największego tempa przy jednoczesnym zachowaniu ładnej i stylowej formy wiosłowania.

Sprzęt i strój wioślarski. Do nauki najlepiej nadają się łodzie klepkowe nie szersze niż 110 cm. i wiosła krótkie. Łodzie mogą być cedrowe lub dębowe, pierwsze są dosyć drogie, ale za to lekkie. Do turystyki najlepiej nadają się podwójne dwójki. Wiosła powinny być z drzewa świerkowego drążone i klejone, a szerokość piór nie powinna przekraczać przy wiosłach krótkich 14 cm, przy długich 15 cm, zaś dla słabszych wioślarek pióra mogą być jeszcze węższe.

Zaprawę wioślarską najlepiej przeprowadzić na tak zwanej skrzyni, przy czym powinna to być skrzynia na 4—6 osób, która pozwala jednocześnie ćwiczyć całej osadzie. Wiosła do ćwiczenia na skrzyni muszą mieć pióra wąskie (8 cm. — 9 cm.), mogą być też dziurkowane dla zmniejszenia oporu powietrza.

Strój wioślarski to krótkie spodeńki i koszulki bez rękawów, wycięte dookoła szyi, najlepiej białe. Przy turystyce można używać doskonale kostiumu kąpielowego a w chłodne dni kostiumu treningowego (długie spodnie i wyrzucana w pasie bluza z rękawami). Nie należy też zapominać o nakryciu głowy, zwłaszcza osoby wrażliwsze na słońce powinny nosić kapelusz, zasłaniający szyję i przysłaniający oczy, gdyż promienie słoneczne na wodzie działają specjalnie silnie, a blask bardzo razi.

ŁUCZNICTWO

Łuk, znany jako broń jeszcze w w czasach przedhistorycznych, obecnie zatracił już oczywiście swoje wartości narzędzia walki, a stał się wyłącznie sprzętem sportowym. Pierwsze zmodernizowane zawody łucznicze kobiece odbyły się w Anglii w roku 1845, a wzięło w nich udział 130 zawodniczek. Od tej pory mistrzostwa łucznicze Anglii zwane „York Round" odbywają się co roku. Również Francja, Belgia i Ameryka od dłuższego czasu uprawiają ten sport na szerszą skalę. W Polsce Związek Łuczniczy został zalegalizowany w 1927 r. a w następnym odbyły się pierwsze narodowe zawody łucznicze, zaś w roku 1931 zosta-

ją zorganizowane we Lwowie 1-sze łucznicze mistrzostwa świata. Polki zdradzają duży talent do sportu łuczniczego. Mistrzyni Polski Kurkowska - Spychajowa była także kilkakrotnie mistrzynią świata. Dalszymi wybitnymi naszymi łącznikami są Dubajowa i Skorupka. W ub. roku mistrzostwo świata zdobyła Angielka Mathers.

Sprzęt i ubranie. Łuki mogą być krzywe (azjatyckie) i długie (równikowe) a poza tym mogą być pojedyńcze lub składane. Następnie łuki dzieli się na twarde i miękkie, w zależności od siły potrzebnej do napięcia ich. Twardość łuku mierzy się w ten sposób, iż cięciwę zawieszonego w środku ciężkości ciągnie się wagą sprężynową aż do długości 70 cm. Do nauki najlepiej używać łuk miękki, o twardości nie przekraczającej 30 funtów angielskich. Łuki powyżej 40 f. ang. są już łukami twardymi. Do sprzętu łuczniczego należą jeszcze strzały, kołczan, mankiet zabezpieczający ramię przed uderzeniem cięciwy, rękawiczka zabezpieczająca palce przed zdarciem skóry, względnie specjalna skórka służąca do tego samego celu.

Naukę strzelania należy rozpocząć od odległości krótkich a więc 15 metrów, następnie stopniowo przechodzi się do długich, aż do metrów 70. Strój łuczniczy może być dowolny, należy jednak pamiętać o tym, aby był swobodny i niekrępujący ruchów. Najlepsza będzie spódniczka i bluzka lub luźny sweterek, względnie spodnie i bluzka. Strzelanie z łuku jest sportem bardzo estetycznym, to też przy wyborze stroju trzeba o tym pamiętać aby sylwetka wyglądała ładnie.

NARCIARSTWO

Kolebką narciarstwa, jednego z najpopularniejszych obecnie sportów zimowych, są kraje skandynawskie. Narty były tam doskonałym a częstokroć także jedynym środkiem komunikacji, używanym nawet przez małe dzieci, to też nic dziwnego, że hegemonia w tym sporcie należy do Finnów, Szwedów i Norwegów.

W Polsce zaczęto uprawiać narciarstwo względnie niedawno, ale rozwój jego postępuje bardzo szybko i zwolenników tego sportu liczy się obecnie już nie na setki, lecz na tysiące.

Potęgą narciarską są także od paru lat Niemcy, posiadające 14 międzynarodowych skoczni i świetne tereny zjazdowe. Niemka Christl Cranz zdobyła tytuł mistrzyni olimpijskiej, a na ostatnich mistrzostwach świata Niemki zajęły trzy pierwsze miejsca a mianowicie: 1) Lisa Resch, 2) Christl Cranz, 3) Grasseger, za nimi uplasowały się dwie Szwajcarki von Arx - Zogg i Erna Steuri, następnie Amerykanka Mac Kean a dopiero za nią Norweżki, niedawno jeszcze bezkonkurencyjne mistrzynie białego sportu.

W Polsce pionierki narciarstwa to Loteczkowa i Ziętkiewiczowa, pierwsze kobiety uprawiające ten sport i osiągające dobre wyniki. Doskonale zapowiadająca się parę lat temu Bronka Staszel - Polankówna, niestety wycofała się z czynnego życia zawodniczego i już wcale nie startuje. Zeszłoroczne mistrzostwo Polski zdobyła Niemka Helda Goedl, dystansując nasze czołowe panie: He-

lenę Marusarzównę, Zofię Stopkównę, Jadwigę Borletównę i Janinę Czechównę.

Sprzęt i ubranie narciarskie. Najlepsze narty są z drzewa hickorowego, ale sprężyste jesionowe ze słojami biegnącymi równolegle do osi i bez sęków mogą im nawet niewiele ustępować. Wiązania łączące but z nartą powinny być proste w konstrukcji, lekkie, łączyć dokładnie but z płozą i rozluźniać się samoczynnie, aby w razie cięższego upadku noga nie uległa uszkodzeniu. Długość nart powinna być taka, aby postawione przy właścicielu sięgały przegubu ręki. Obecnie jest nawet tendencja do używania nart jeszcze krótszych, a za to szerszych, oczywiście jeśli chodzi o turystykę.

Kijki muszą mieć szerokie pętle, solidne okucia i gęste plecenie. Bambusowe są lżejsze i mocniejsze od leszczynowych. Buty narciarskie powinny posiadać specjalnie wykrojoną grubą podeszew i powinny być sporządzone z podwójnej skóry. Należy je mierzyć na pończochę i grubą wełnianą skarpetkę, lecz mimo to noga musi się czuć w nich swobodnie. Metalowe blaszki po bokach podeszwy będą ją chroniły przed zgnieceniem od metalowych szczęk wiązań. Sznurowadła najlepsze skórzane płaskie i miękkie. Strój narciarki stanowią: spodnie długie wpuszczane w buty lub krótkie, do których jednak potrzebne są getry albo wysokie wełniane pończochy, bluzka, sweter, kurtka albo wiatrówka w zależności od pogody i od tego, czy jedzie się na dłuższą wycieczkę, czy też na krótki trening. Na głowę beret, nauszniki, wełniana czapeczka, tyrolski kapelusik. Oczywiście na mróz i dłuższe eskapady nakrycie głowy musi być cieplejsze i ochraniające uszy. W innych wypadkach można się bardziej zastosować do wymagań mody. Ręce powinny być zabezpieczone przed zimnem dwoma parami rękawiczek. Jedne grube ciepłe, a na nie brezentowe nieprzemakalne o jednym palcu. Należy także pamiętać, że bielizna nie może być jedwabna ale musi być wełniana. Mimo wszystko nie należy się jednak ubierać zbyt ciepło a zwłaszcza zbyt ciężko, bo zgrzanie się grozi zaziębieniem bardziej niż zmarznięcie. Na dłuższe wycieczki trzeba mieć oczywiście plecak i odpowiedni ekwipunek turystyczny (patrz „Ekwipunek turystyczny").

ŁYŻWIARSTWO

Łyżwiarstwo jest jednym z tych sportów, które można uprawiać od wczesnego dzieciństwa do późnej starości. Znane od wieków, gdyż już nasi praszczurowie z epoki kamiennej jeździli na łyżwach z kości końskiej, rozwinęło się najbardziej w państwach północnych, a więc Szwecji, Finlandii i Norwegii, gdzie warunki klimatyczne pozwalały na uprawianie go znacznie dłużej, niż w innych krajach. Zresztą obecnie wielka liczba sztucznych lodowisk przyczynia się do stałej popularyzacji tego sportu i w innych krajach. W Polsce mamy również piękny tor łyżwiarski w Katowicach, a w Warszawie otworzono w zeszłym roku specjalny tor do jazdy szybkiej na stadionie Wojska Polskiego. Pierwsze wyścigi na łyżwach odbyły się w roku 1801 w Groningen, a co ciekawsze, że był to wyścig między dwoma kobietami. Pierwsze wiadomości o

wyścigach mężczyzn datują się dopiero z roku 1814. Jazda figurowa jest konkurencją znacznie młodszą od jazdy szybkiej. Prawdziwy jej rozwój rozpoczął się dopiero w końcu XIX-ego stulecia.

W roku 1938 mistrzostwa pań w jeździe szybkiej odbyły się w Oslo. Tytuł mistrzowski zdobyła Norweżka Laila Schou - Nielsen również doskonała narciarka, która przebyła 500 m, w czasie 50, 7 sek. i zajęła pierwsze miejsce w ogólnej klasyfikacji. Drugie miejsce zdobyła Finka Verne Lesche, trzecie — Norweżka Synnoewe Lie, czwarte — Amerykanka Mady Horn. Ogółem w zawodach wzięło udział 10 pań z Norwegii, Finlandii, Holandii, Niemiec i Ameryki. Mistrzostwa w jeździe figurowej pań zorganizowane w Sztokholmie, przyniosły niespodziankę pod postacią porażki dotychczasowej mistrzyni świata, bezkonkurencyjnej od czasów Sonii Henie, Angielki Cecylii Colledge. Musiała ona ustąpić palmę pierwszeństwa swojej młodziutkiej rodaczce Megan Taylor, zadawalając się drugim miejscem, trzecie zajęła Amerykanka Senuf. Ogółem startowało 12 zawodniczek z 6-ciu państw.

W jeździe parami od dłuższego czasu są bezkonkurencyjni Niemcy, Maxie Herber i Ernest Baier.

W Polsce najszybszą łyżwiarką jest obecnie Irena Damska, zaś mistrzynią w jeździe figurowej — Erna Scheibertówna. W jeździe parami najlepsza para polska rodzeństwo Kalusowie, brali w 1938 roku udział w mistrzostwach Europy i świata, w pierwszych zajęli 5-te miejsce, w drugich dopiero 12-te. Najbardziej jednak znaną i zasłużoną łyżwiarką polską jest Zofia Nehringowa wielokrotna mistrzyni Polski, a nawet rekordzistka świata na 10.000 m. Ponieważ jednak za granicą kobiety na tak długich dystansach nie startują, wynik Nehringowej należy uznać niestety za problematyczny. W biegach na krótszych dystansach Nehringowa pozostaje daleko w tyle w porównaniu z Lailą Schou - Nielsen. Polka przebywa bowiem 500 m. w czasie — 58,7 sek. a Norweżka — 46,4 sek. (rekord świata).

Sprzęt i strój łyżwiarski. Na ślizgawkę należy ubierać się lekko, aby mieć całkowitą swobodę ruchów. Plisowana lub układana w fałdy spódniczka, do niej sweter czy krótka kurteczka, (byle nie skórzana ani futrzana), będzie doskonałym strojem. Spódniczkę można także zastąpić przez krótkie spodnie. Na nogach, które często marzną, należy mieć wełniane pończochy, wełniane wywijane skarpetki, no i bucik, sznurowany, sięgający parę centymetrów nad kostkę, na 3 cm. obcasie. Buciki muszą być dobrze dopasowane, ze skóry mocnej, mało rozciągliwej, ale nigdy zbyt ciasne. Rękawiczki najlepsze grube o jednym palcu, przy dużym mrozie dwie pary cieńszych. Na głowie czapeczka wełniana, beret, względnie nauszniki. Najlepsze łyżwy to łyżwy przykręcane do bucików na stałe. Dla dzieci, którym noga szybko rośnie, praktyczniejsze będą „turfy“ przyczepiane na blaszkę“, gdyż bucik od nich może także służyć do normalnego chodzenia. Dla zupełnie małych dzieci do nauki można stosować łyżwy o dwóch ostrzach, pomagające utrzymać równowagę. Aby łyżwy dobrze i długo służyły trzeba je odpowiednio pielęgnować, a więc po każdorazowym użyciu wytrzeć do sucha, na lato zaś posmarować oliwą i trzymać w suchym miejscu. Tak samo trzeba pamiętać

o butach, czyścić je pomadką a jeśli skóra zdradza skłonność do wysychania — posmarować specjalnym tłuszczem. Łyżwy i buty odpowiednio konserwowane mogą służyć osobie dorosłej przez długie lata.

LOTNICTWO I SZYBOWNICTWO

Lotnictwo, jeden z najmłodszych sportów, aczkolwiek trudniej dostępny niż inne, cieszy się wielkim powodzeniem u kobiet, które osiągają w nim nawet doskonałe rezultaty i nie tylko dorównują mężczyznom, ale czasem nawet przewyższają ich wytrzymałością.

Lotniczka francuska Maryse Bastie ustaliła rok temu rekord samotnego przelotu nad Atlantykiem, przebywając 3000 km. na trasie Dakar - Natal w czasie 11 g. 55 min. Amelia Earhart, która w 1937 r. zginęła tragiczną śmiercią w czasie swego lotu naokoło świata, mając 22 lata ustanowiła rekord wysokości kobiecej na samolocie, następnie w 1932 roku dokonała samotnego przelotu nad Atlantykiem ustanowiła rekord kobiecy długotrwałości lotu bez lądowania w Los Angelos do Newark 3939 km., wreszcie dokonała sensacyjnego przelotu z Nowego Jorku do Meksyku, również bez lądowania. W czasie ostatniego przelotu przebyła już szczęśliwie 32.000 km, do końca pozostawało jej około 12.000. Start do ostatniego etapu odbył się z Nowej Gwinei, ale dzielnej lotniczce nie dane było wylądować. Ostatnie wiadomości od niej, to depesze iskrowe odebrane przez statki, donoszące o wyczerpaniu się benzyny w skutek przeciwnego wiatru. Od tej pory ślad po Amelii Earhart zwanej „Lindberghiem w spódnicy", zaginął.

Obecnie na czoło lotniczek światowych wysuwa się Angielka Jean Batten, pierwsza i jedyna kobieta odznaczona przez FAI (międzynarodową federację lotniczą) wielkim złotym medalem. Jean Batten przeleciała z Australii do Anglii bijąc rekord lotu na odległość.

W Polsce największe zasługi dla lotnictwa a zwłaszcza szybownictwa kobiecego, położyła Wanda Modlibowska, pierwszymi jednak polskimi szybowniczkami i jednymi z pierwszych na świecie, były Younga i Olszewska, która już w 1930 roku rozpoczynają na szybowcach podbój niebieskich szlaków. W pierwszych polskich zawodach szybowcowych startują 4 panie: Younga, Modlibowska, Ganowiczówna i Maćkowska i nie ustępują wcale mężczyznom. Zwłaszcza Modlibowska, która specjalizuje się w lotach długotrwałych.

W roku zeszłym na szybowcu typu „Komar" bije rekord światowy o 10 g., utrzymując się w powietrzu przez 24 godz. 14 minut. Wynik ten jest lepszy od męskiego rekordu Polski długotrwałości lotu. Groźnymi konkurentkami Modlibowskiej są tylko Niemki: Hanna Reitsch i Inga Wetzel, ale jak do tej pory nie mogą jej zdystansować. Szybownictwo w Polsce rozwija się z roku na rok w dużym tempie. Setki młodzieży szkoli się w tym pięknym sporcie na szybowiskach w Bezmiechowej, Ustianowej, Czerwonym Kamieniu, Sokolej Górze, Pinczowie, Miłośnie, Okujewie itd.

Ponieważ na Międzynarodowych obradach Kongresu Olimpijskiego

uchwalono włączyć szybownictwo do programu igrzysk olimpijskich, należy przypuszczać, że Polska na najbliższej Olimpiadzie zajmie dzięki swym pilotkom jedno z pierwszych miejsc w tym sporcie.

EKWIPUNEK TURYSTYCZNY

Wybierając się na wycieczkę, czy to będzie wyprawa kajakiem, rowerem, na nartach, lub pieszo, trzeba koniecznie pamiętać o zabraniu z sobą niezbędnych rzeczy, których brak potrafi zatruć przyjemność całej eskapady.

Tak więc do plecaka nieprzemakalnego o kilku kieszeniach i szerokich pasach, aby nie wpijały się w ramiona wkładamy: najniezbędniejsze przybory toaletowe, przybory do szycia, zmianę bielizny dziennej, 2 ręczniki, piżamę do spania, pantofle nocne lub gimnastyczne, chustki do nosa, zapasowe skarpetki lub pończochy, kubek, menażkę aluminiową, łyżkę, widelec,nóż, dwa prześcieradła, zeszyte na kształt worka do noclegów na sianie lub słomie, koc, latarkę elektryczną, scyzoryk, zapałki, kuchenkę turystyczną z paliwem w odpowiedniej bańce, suszone owoce, cukier, herbatę i jajko do jej zaparzenia, czekoladę, suchą wędlinę, chleb szwedzki, cytryny.

Jeśli idzie kilka osób należy rzeczy rozdzielić w ten sposób, aby waga plecaka, zwłaszcza dla kogoś niewytrenowanego, nie przekraczała 6 kg. Bardzo ważne jest także zabranie podręcznej apteczki, a więc: wata, bandaż, woda utleniona, aspiryna, proszki od bólu głowy i zębów, olej lniany, płyn Burowa, plaster leczniczy. Nie zabierać alkoholu, co niestety często ma miejsce.

Jeśli chodzi o strój, to oczywiście ulega on pewnym zmianom w zależności od tego, czy wycieczka jest piesza, czy na rowerze bądź kajakiem. Na wycieczkę pieszą należy ubrać się w: spódniczkę krótką, lecz szeroką, może być „jupe culotte", albo spodnie do kolan (pumpsy), dalej bluzka najlepiej trykotowa z rękawami i gruby sweter bez rękawów na chłodniejszą pogodę. Bielizna najlepiej z jedwabnego trykotu, bardzo łatwa do prania. Na nogi pończochy lub wywinięte skarpetki, najlepsze wełniane, gdyż zabezpieczające stopy od odparzenia i obtarcia. Obuwie wygodne, na niskim obcasie, lekkie, ale mocne i nieprzemakalne. Nakryciem głowy będzie beret, w dni upalne lekka, przewiewna chusteczka. Na wszystkich eskapadach przyda się także bardzo długa, nieprzemakalna peleryna.

Turystyka piesza, mało jeszcze w Polsce rozpowszechniona, ma rzesze zwolenników i zwolenniczek za granicą. W czasie marszu jednak należy pamiętać, że tempo jego musi być przystosowane do najsłabszych uczestników, że między godziną 12 — 13 najlepiej odpocząć i zjeść obiad, że w czasie krótkich odpoczynków najlepiej się położyć i odpoczywać w cieniu, że podczas marszu nie należy jeść ani pić tak samo jak śpiewać i rozmawiać zbyt dużo. Zwłaszcza w turystyce górskiej należy przestrzegać wszystkich tych przepisów, bowiem źle zorganizowana wycieczka może zamiast korzyści dla zdrowia przynieść tylko szkodę.

Osoby [a], które zdobyły państwową odznakę sportową

Wyszczególnienie	1932	1933	1934	1935	1936	1937
Polska	79 421	183 894	230 186	184 226	100 747	90 340
w tym młodzież szkolna	35 646	41 521	41 842	33 955	29 346	32 530
Mężczyźni	68 953	163 511	205 008	166 738	90 601	79 425
Kobiety	10 468	20 383	25 178	17 488	10 146	10 915
Woj. centralne	31 113	64 607	76 166	65 031	38 042	31 649
„ wschodnie	9 698	17 607	27 155	19 258	13 040	13 341
„ zachodnie	24 903	70 784	85 283	67 751	30 095	27 355
„ południowe . . .	13 707	30 896	41 582	32 186	19 570	17 997

a Tylko spośród ludności cywilnej.

Źródło: tabl. 19, 22—24; Dane Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego.

Stowarzyszenia sportowe [a]

Wyszczególnienie	1932	1933	1934	1935	1936	1937
Liczba stowarzyszeń	5 259	5 705	7 317	8 081	9 957	9 121
Członkowie w tys.	288,9	359,6	458,9	483,2	470,7	521,0
w tym kobiety	34,3	46,8	62,4	91,8	103,1	128,5
Sportowcy ćwiczący w tys. . . .	197,3	254,3	309,4	31[illegible],8	314,1	331,2
w tym kobiety	26,9	36,8	47,6	54,9	68,1	72,3
Instruktorzy wychowan. fiz. w tys.	4,5	5,3	6,4	6,2	6,1	5,9
w tym kobiety	08,	1,0	1,3	1,1	0,8	0,8

a Bez stowarzyszeń wojskowych oraz stowarzyszeń młodzieży szkolnej.

Źródło: Mały Rocznik Statystyczny 1938.

Kobiety w służbie dla Państwa i społeczeństwa

POLSKI CZERWONY KRZYŻ

Twórcą i realizatorem międzynarodowego Czerwonego Krzyża był Szwajcar, Henryk Dunant, ale przed nim jeszcze myśl niesienia pomocy rannym powzięła kobieta — Angielka Florencja Nightingale. Z jej rad i współpracy korzystał Dunant, gdy, bezpośrednio prawie po bitwie pod Solferino, zaczął organizować Czerwony Krzyż. Był to rok 1859. A już w 1864 przedstawiciele 14 państw podpisują układ, t. zw. „Konwencję Genewską", która powołuje do życia Międzynarodowy Czerwony Krzyż.

Polski Czerwony Krzyż utworzono oficjalnie 27 kwietnia 1919 r., ale już od wybuchu wojny działały lokalne komitety niesienia pomocy rannym.

Głównym zadaniem Stowarzyszenia P. C. K. jest współdziałanie z instytucjami sanitarno-wojskowymi w czasie wojny i przygotowanie się do tego współdziałania w czasie pokoju.

W całokształcie pracy P. C. K. ogromna część konkretnych zadań programowych, jak również faktycznie prowadzone czynności w terenie opierają się w znacznym stopniu na kobietach.

Przede wszystkim przygotowanie personelu pielęgniarskiego zawodowego na kierownicze stanowiska i zespołu pielęgniarek pomocniczych zarówno dla jednostek wojskowej służby zdrowia, jak też i dla ludności cywilnej, narażonej na skutki działań wojennych.

Wojskowa służba zdrowia będzie korzystała w czasie wojny na zasadzie obowiązujących obecnie umów wyłącznie z personelu pielęgniarskiego, rejestrowanego i skierowanego na przydziały przez Polski Czerwony Krzyż.

Pielęgniarki P.C.K. to siły pierwszorzędne, wykwalifikowane, mamy wśród nich pierwsze w Polsce spadochroniarki, które latem ub. roku na pokazie samolotów sanitarnych w Luksemburgu uzyskały pierwszą nagrodę zespołową.

P. C. K. przyczynił się do stworzenia 4-ch szkół pielęgniarskich na 7 istniejących w Polsce. Obecnie we własnym zakresie prowadzi dwie

szkoły dla pielęgniarek zawodowych w Warszawie i w Poznaniu.

Na terenie całego kraju w każdym Oddziale P. C. K. organizowane są corocznie trzymiesięczne kursy dla sióstr pogotowia sanitarnego, co dziś wyraża się liczbę kilku tysięcy odpowiednio przygotowanych kobiet do pracy pielęgniarskiej w szpitalach w czasie wojny. Na kursach tych oprócz wykładów z ratownictwa kobiety zdobywają zasadnicze wiadomości z anatomii, fizjologii, dietetyki, pielęgnowania chorych, słuchają wykładów z dziedziny pielęgnowania niemowląt itp.

W ten sposób P. C. K. spełnia doniosłe zadania społeczne, przygotowując kobiety do ich roli matek, dając im podstawowe wiadomości o higienie i zdrowiu.

Dla ratownictwa przeciwgazowego na wypadek wojny szkolone są sekcje ratowniczo-sanitarne. W ub. r. P. C. K. zorganizował przeszło 700 kursów sanitarnych na różnym poziomie — frekwencja kobiet wynosiła około 60%.

Należy podkreślić jeszcze pracę kobiet na honorowych stanowiskach kierowniczych w Zarządach Okręgów i Oddziałów P. C. K., pracę społeczną członkiń, pracę sióstr Czerwonego Krzyża w szpitalach oraz na szeroką skalę rozbudowaną działalność dziewcząt w Kołach Młodzieży P. C. K. (udział dziewcząt w K. M. wynosi przeszło 60%).

POLSKI BIAŁY KRZYŻ

Polski Biały Krzyż jest stowarzyszeniem posiadającym wyłączne prawo niesienia pomocy władzom wojskowym w organizowaniu pracy kulturalno-oświatowej wśród żołnierzy.

P. B. K. jest organizacją mieszaną z przewagą mężczyzn. Tradycje, które pozwalają zaliczyć się do organizacji kobiecych, wypływają z pracy przyfrontowej i frontowej podczas wojny. P. B. K. pracował wtedy wyłącznie rękami kobiety-instruktorki, kobiety-świetliczarki, która, organizując rozrywki kulturalne, prowadząc gospody, przyczyniała się do odprężenia nerwów i zaczerpnięcia sił, a przede wszystkim wzbudzała wiarę żołnierza w społeczeństwo, jako moralne zaplecze obrońcy granic.

W czasie pokoju P. B. K. stara się wyzyskać wszystkie rodzaje pracy kulturalno-oświatowej, organizując:

1) szkoły początkowe żołnierskie, niszczące analfabetyzm;

2) kursy specjalne: rolnicze, ogrodnicze, pszczelnicze, betoniarskie, zdobnicze, spółdzielcze i inne, za pomocą których pogłębia się wiadomości fachowe żołnierzy;

3) pogadanki, odczyty z najrozmaitszych dziedzin w zależności od zainteresowań zespołów;

4) wycieczki po kraju;

5) świetlice, stwarzające atmosferę domu rodzinnego, w których żołnierz nauczy się, jak wyzyskać wolny czas, by rozszerzyć posiadaną wiedzę, jak zorganizować rozrywkę itp.

Czyimi siłami P. B. K. wprowadza w życie zakreślone programy? Przede wszystkim szkoli zastępy młodych kobiet, wśród których większość ma studia akademickie. Poza tym korzysta z pracy nauczycieli, inżynierów, lekarzy, profesorów itp.

W 1930 r. rozpoczęła się na szerszą skalę akcja kobiet w obronie przeciwlotniczo-gazowej. Inicjatorką była śp. Michalina Mościcka, żona Prezydenta, która już w czerwcu 1929 r. zapoczątkowała ją utworzeniem Koła Pań przy komitecie Budowy Cywilnej Szkoły Obrony Przeciwgazowej.

Z biegiem lat Koło Pań rozrosło się i działalnością swą objęło całą Polskę; tak, że dziś na terenie całego kraju istnieje około 150 kół kobiecych. Rozrost ich spowodował konieczność utworzenia Komitetu Ścisłego Kół Kobiecych L.O.P.P. w 1930 r. z siedzibą w Warszawie. Warszawskie koło kobiece L.O.P.P. powstało w 1932 r.

Podjęło ono następujące zadania:

1) w pierwszym rzędzie werbowanie członkiń do L.O.P.P. i organizowanie ich we współdziałaniu;

2) propagowanie zadań i celów L.O.P.P.;

3) uświadamianie społeczeństwa o konieczności szkolenia się, a w szczególności szkolenia kobiet na wypadek wojny lotniczo-gazowej;

4) organizowanie i przeprowadzanie kursów elementarnych dla szerokich mas.

W 1938 r. działalność Komitetu Ścisłego Kół Kobiecych L.O.P.P. została zamknięta wskutek dopełnienia akcji zbiórkowej na fundusz budowy Cywilnej Szkoły Obrony Przeciwgazowej.

Następstwem tego była reorganizacja kół kobiecych L.O.P.P., które przeszły pod opiekę okręgowych Kół odpowiednich województw.

ŻEŃSKA SŁUŻBA POŻARNICZA

Mało kto wie, że w Polsce istnieje przeszło 15 tysięcy członkiń straży pożarnych, a przeszło 1000 zespołów żeńskiej służby pożarniczej. W samej Warszawie jest przeszło pół tysiąca członkiń żeńskiej służby pożarniczej — kobiet przygotowanych do walki z pożarami.

Organizowanie służby żeńskiej pożarniczej podjęte od lat 5 przez Związek Straży Pożarnych R. P. podyktowane było specjalnymi względami.

Przebieg ostatnich wojen wykazuje, iż największym niebezpieczeństwem podczas napadu lotniczego są masowe pożary, wywołane w pierwszym rzędzie przez bomby zapalające, zrzucane z samolotów nieprzyjacielskich. Grozę pożarów będą powiększały bomby gazowe oraz panika ludności.

Członkinie żeńskiej służby pożarniczej, oprócz zadań, związanych z obroną przeciwpożarową, pełnią w strażach pożarnych jeszcze służbę sanitarną, poza tym prowadzą pracę świetlicową i wychowania obywatelskiego.

Do szkolenia, organizowania, inspekcjonowania zespołów żeńskiej służby pożarniczej istnieje specjalna kadra instruktorek w Związku Straży Pożarnych R. P.

UNIA POLSKICH ZWIĄZKÓW OBROŃCZYŃ OJCZYZNY

Powstała w 1932 r. jest Związkiem Związków Kobiecych, tych stowarzyszeń, które bądź bezpośrednio brały udział w walce zbrojnej i politycznej o Niepodległość Polski, bądź też pracują dziś dla zadań obrony Państwa.

W skład Unii P.Z.O.O. weszły następujące stowarzyszenia:

1) Związek b. Drużyniaczek (rok powstania 1909), 2) Stowarzyszenie b. Strzelczyń (1910), 3) Liga Kobiet Pogotowia Wojennego (1913), 4) Zw. b. Kurierek (1914), 5) Stow. Peowiaczek (1914), 6) Związek Broni (1917), 7) Koło Polek (1917), 8) Polski Biały Krzyż (1918), 9) YMCA (1919), 10) Stow. b. Instruktorek Propagandy i Opieki nad żołnierzami (1920), 11) Stow. b. Sióstr Czerwonego Krzyża (1923), 12) Rodzina Wojskowa (1926), 13) Organizacja Przysposobienia Kobiet dla Obrony Kraju (1925), 14) Związek Harcerek (1912).

Unia P.Z.O.O. rozwija swą działalność na terenie międzynarodowym, wchodząc, jako sekcja narodowościowa polska, w skład Fidac'u Żeńskiego (Fêdération Interallié des anciens combattants) oraz na terenie polskim, gdzie działa, jako Unia P.Z.O.O.

Praca Unii obejmuje b. szeroki zasięg — wszystkie tereny działalności, które przeprowadzają autonomicznie stowarzyszenia Unii we własnym zakresie, a ponadto wspólnie uzgadnianą akcję polityczną.

ZWIĄZEK STRZELECKI

Praca kobiet w Związku Strzeleckim opiera się na szczytnych tradycjach udziału kobiet w walkach o niepodległość, a przede wszystkim na tradycjach udziału w pracach przedwojennego Związku Strzeleckiego i w walkach Legionów.

Ogólne cele i zadania, jakie stawia sobie Zw. Strzelecki na odcinku pracy kobiecej, są te same co i dla całości organizacji. Tylko drogi realizacji różne. Zwłaszcza w zakresie przygotowania ogółu obywateli do obrony kraju rola kobiety musi być traktowana odrębnie zarówno pod względem organizacji, jak i wyszkolenia. To też praca kobiet jest podporządkowana własnej kadrze kobiecej i stanowi odrębną komórkę organizacyjną, połączoną na wszystkich szczeblach (od powiatu w górę) wspólnymi zarządami, ale posiadającą własne komendy żeńskie, podległe poprzez Inspektorkę P. K. Komendantowi Głównemu Z. S.

Wychowanie obywatela, umiejącego pracować dla państwa w czasie pokoju i bronić go w czasie wojny — oto główny cel Związku Strzeleckiego.

Wychowanie organizacyjne, jednakowe dla wszystkich członkiń Z. S., nie wyczerpuje prac wychowawczych i wyszkoleniowych, stanowi tylko ich wspólne podłoże i konieczny warunek. Dążąc do przygotowania dziewcząt do życia, wychowanie strzeleckie obejmuje: 1) powszechne przysposobienie do obrony kraju w zakresie służby pomocniczej dla armii (służba łączności, adm.-gospodarcza, oświatowa, sani-

tarna, obrona przeciwgazowa) i działania we własnym środowisku poza armią dla podtrzymania obronności kraju; 2) pracę świetlicową; 3) wychowanie fizyczne; 4) przysposobienie zawodowe oraz 5) czyny obywatelskie.

Praca Kobiet w Z. S. wykazuje dużą żywotność, której wyrazem jest wzrost liczebny, rozszerzanie zakresu pracy i udoskonalanie metod. Obecnie szczególny nacisk kładzie się na pracę w środowiskach wiejskich, powstaje specjalny program, przygotowuje się podręcznik programowo-metodyczny dla komendantek oddziałów wiejskich, szkoli się na kursach kadrę komendancką itp.

PRZYSPOSOBIENIE WOJSKOWE KOBIET DO OBRONY KRAJU

Organizacja Przysposobienia Wojskowego Kobiet do Obrony Kraju założona została w marcu 1928 r. przez grono byłych uczestniczek walk o Niepodległość oraz działaczek społecznych, które już od kilku lat pracowały na odcinku przysposobienia kobiet do obrony kraju w Polsce. Ideologia Organizacji wywodzi się w prostej linii z ideologii walk o Niepodległość, w których brały udział kobiety i działalnością swą dowiodły, że praca ich w poszczególnych działach wojskowych służb pomocniczych oraz w akcji pomocy dla żołnierza, w akcji samoobrony a przede wszystkim w gruntowaniu mocy wewnętrznej i gotowości obronnej narodu — jest niezastąpiona. Prawa polityczne uzyskane przez kobiety pogłębiły w społeczeństwie kobiecym poczucie odpowiedzialności za całokształt życia państwowego na wszystkich odcinkach, a więc i w dziedzinie obrony państwa. Na tych właśnie podstawach ideowych oparła się koncepcja rozpoczęcia w czasie pokoju akcji przygotowania szerokich mas kobiecych do obrony kraju. Wkrótce po zawarciu pokoju, pod koniec 1921 r. zrodziła się ona w gronie byłych uczestniczek walk o Niepodległość. Pionierką i stałą realizatorką tej idei była porucznik Maria Wittekówna.

Z początku, do r. 1928 praca szła w kierunku propagandy idei udziału w obronie państwa oraz w kierunku prac wychowawczo - wyszkoleniowych: opracowywano programy i metody, szkolono pierwsze kadry instruktorek i działaczek. Akcja ogniskowała się w szeregu stowarzyszeń społecznych, zgrupowanych w Komitecie Przysposobienia Rezerw Kobiecych, który następnie przekształcił się w Komitet Społeczny Przysposobienia Kobiet do Obrony Kraju. W 1925 r. (grudzień) Ministerstwo W. R. i O. P. zezwoliło na utworzenie pierwszych hufców szkolnych przysposobienia wojskowego kobiet i odtąd praca zaczyna się bardzo wybitnie rozrastać.

Coraz bardziej palącą staje się potrzeba utworzenia specjalnej organizacji, której wyłącznym celem byłoby prowadzenie akcji przysposobienia wojskowego kobiet do obrony kraju.

Dla realizacji tego zadania w marcu 1928 r. powstaje Organizacja Przysposobienia Kobiet do Obrony Kraju, która wkrótce potem zmienia nazwę na: Organizacja Przysposobienia Wojskowego Kobiet do Obrony Kraju. W chwili powstania liczyła

nie wiele więcej ponad 3000 członkiń i uczestniczek. W ciągu 10 lat istnienia rozrosła się znacznie.

Walny Zjazd Organizacji w r. 1934 nałożył na wszystkie członkinie dorosłe, nie należące do zespołów wychowawczo - wyszkoleniowych, obowiązek osobistego wyszkolenia w zakresie organizacyjnym i przysposobienia do obrony kraju.

W wyniku prac realizacyjnych Organizacja założyła i całkowicie urządziła 8 własnych terenów obozowych, na których odbywają się co roku dwumiesięczne obozy przysposobienia wojskowego i przysposobienia do obrony kraju dla członkiń własnych oraz współpracujących stowarzyszeń.

W czerwcu 1938 r. Minister Spraw Wojskowych powierzył Organizacji wyłączne prawo na prowadzenie przysposobienia wojskowego kobiet, oraz przygotowanie do wojskowych służb pomocniczych. Miało to ścisły związek z uchwaloną w marcu br. Ustawą o powszechnym obowiązku wojskowym, w myśl której kobiety mogą być przyjmowane do wojskowych służb pomocniczych na podstawie ochotniczego zgłoszenia się, albo na podstawie zarządzenia Ministra Spraw Wojskowych. Uchwalenie tej ustawy było realizacją usilnych i wytrwałych dążeń Organizacji do uzyskania podstaw prawnych dla służby kobiet w obronie państwa.

Zadania Organizacji w chwili obecnej: prowadzenie całokształtu spraw organizacyjnych i wychowawczo-wyszkoleniowych w zakresie przysposobienia wojskowego kobiet oraz przysposobienia do wojskowych służb pomocniczych oraz realizacja hasła powszechnego przysposobienia kobiet do obrony kraju (zaznajamianie jak najszerszych mas z rolą i zadaniami kobiet w obronie państwa na odcinkach nieobjętych pomocniczą służbą wojskową, a wymagających wyrobienia podstawy obywatelskiej oraz posiadania niezbędnego zasobu wiadomości z dziedziny samoobrony i opieki nad żołnierzem).

POCZTOWE PRZYSPOSOBIENIE WOJSKOWE

Zakres pracy w P.P.W. obejmuje dział ogólno-wojskowy, wyszkolenie techniczne, kulturalno - oświatowe, wychowanie fizyczne, pracę kobiet i samopomoc. W historii P.P.W. osobną kartę mają Pepewiaczki, które od skromnych zalążków w 4 Oddziałach Żeńskich w r. 1933/34 doprowadziły do zorganizowania 15 oddziałów i 39 sekcji.

Główny wysiłek pracy kobiet idzie w kierunku przysposobienia do służby sanitarnej, obrony przeciwgazowej, służby łączności, pracy świetlicowej i służby ochronnej.

Akcja przysposobienia kobiet do obrony kraju na terenie Pocztowego P. W. jest zorganizowana na zasadzie ochotniczego, bezinteresownego udziału kobiet i traktowana jest jako wypełnienie obowiązku społecznego w stosunku do Państwa.

ORGANIZACJA HARCEREK Z.H.P.

Największy rozwój i rozrost Harcerstwa rozpoczął się od odzyskania niepodległości i otoczenia młodego ruchu życzliwą opieką polskich władz państwowych. Zaczerpnięta z wzorów angielskich wytworzyła sobie jednak organizacja ta odrębny charakter narodowy, zaznaczający się w programach i metodach pracy.

Celem Harcerstwa jest wychowanie ludzi, przygotowanych pod względem charakteru, umiejętności praktycznych i postawy wobec życia do służby Polsce i idei harcerskiej zarówno podczas pokoju, jak i podczas wojny. Obowiązkiem dorosłych harcerek jest pełnienie tej służby.

Założenia Harcerstwa, zawarte w Prawie, przyrzeczeniu i pozdrowieniu „Czuwaj", żądają od każdej jednostki harcerskiej czynnej i czujnej postawy wobec państwa, narodu, społeczeństwa, wobec własnej pracy i własnych obowiązków. Tej czujnej i czynnej postawy, wyrażającej się przez działanie na właściwym terenie, w odpowiednim zakresie i w najsłuszniejszej formie wymaga Harcerstwo od swych członków, zuchów i dorosłych. Działanie harcerskie dzieci i młodszych dziewcząt jest jednocześnie przygotowaniem do późniejszego, całkowicie samodzielnego i odpowiedzialnego działania dorosłego człowieka. Ma ono charakter służby i prowadzi do życia, mającego charakter służby. Typ tej służby na każdym etapie wychowawczym określa program każdego stopnia harcerskiego. Np. ochotniczka to informatorka, wskazidroga w miejscu zamieszkania, goniec, pionierka — przewodniczka w terenie, pomocnica w domu. Dziewczęta powyżej 16 lat (poczynając od stopnia samarytanki), pełniąc służbę harcerską i zdobywając konieczne dla niej wiadomości i umiejętności, przygotowują się jednocześnie z całą świadomością do działania w warunkach specjalnie trudnych, (epidemie, pożar, powódź) oraz do służby w warunkach wojennych. Najważniejsze specjalności, jakie zdobywają harcerki, to służba samarytańska, oplgaz, łączność, gospodarcza, terenoznawstwo itp.

Według ostatnich danych statystycznych Organizacja Harcerek liczyła w r. 1937 członkiń — 69,350, drużyn, gromad, kręgów starszoharcerskich — 3,346 w 236 hufcach i w 15 chorągwiach.

Organizacja Harcerek współdziała z Harcerstwem za granicą na terenach mniejszościowych i emigracyjnych, europejskich i zamorskich (kształcenie starszyzny w kraju i za granicą, akcja kulturalno - oświatowa i propagandowa, współpraca Harcerstwa krajowego z zagranicznym, pomoc rzeczowa).

Organizacja Harcerek jest członkiem Wszechświatowego Związku Skautek. Wspólną więź ideową stanowi prawo, niemal jednobrzmiące we wszystkich organizacjach skautek oraz rota przyrzeczenia, na pierwszym miejscu stawiająca służbę własnej Ojczyźnie. Współpraca międzynarodowa polega na udziale instruktorek w międzynarodowych zjazdach i konferencjach skautowych, na organizowaniu wycieczek starszyzny i młodzieży harcerskiej na skautowe tereny zagraniczne, na uczestnictwie harcerek polskich w kursach, zlotach itp. organizacji zagranicznych. Organizacja Harcerek

przyjmuje w ten sam sposób na swoim terenie skautki i drużyny innych państw.

Dzięki tym kontaktom Harcerstwo prowadzi na szeroką skalę propagandę Polski w państwach obcych i zawiązuje trwałe i cenne związki przyjaźni. Braterstwo skautowe obejmuje wyłącznie te organizacje, które gotowe są przyjąć zasady prawa skautowego i realizować je na gruncie międzynarodowej przyjaźni.

Do Wszechświatowego Związku Skautek nie należy młodzież żeńska Niemiec, Włoch i Sowietów.

Główna Kwatera Harcerek mieści się w Warszawie we własnym domu przy ul. Łazienkowskiej 7.

KOŁO POLEK

„Koło Polek" powstało jesienią 1917 r. w Mińsku Litewskim z inicjatywy tajnej organizacji wojskowej p. n. „Związek Broni" i pracowało najpierw pod kierunkiem tej organizacji, a następnie po włączeniu Związku Broni do Pol. Org. Wojskowej przez komendanta Lisa-Kulę, pod kierownictwem P. O. W.

Celem pracy Koła Polek była walka o niepodległość Polski, a zadaniem powierzonym do wykonania — praca przy tworzeniu pierwszego Polskiego Korpusu Wschodniego, formującego się wówczas na terenie Białorusi.

Koło Polek, kierowane przez żeński Oddział Związku Broni, miało: 1) propagować wśród społeczeństwa polskiego ideę czynnej walki o wolność, 2) nieść materialną pomoc przy tworzeniu formacyj wojskowych, 3) propagować ideę niepodległościową i pracę oświatową wśród żołnierzy, 4) organizować pomoc w pracach bojowych organizacji.

Podczas walk o wolność Koło Polek oddało duże usługi, współpracując ściśle z wojskiem. Praca powojenna to pomoc inwalidom, rodzinom poległych, zdemobilizowanej młodzieży itp.

Po utworzeniu organizacji Unia Pol. Zw. Obrończyń Ojczyzny, Koło Polek wchodzi w jej skład. Likwidując swe szerokie ramy organizacyjne, pozostawia siedzibę Zarządu Głównego w Warszawie, swój sztandar i archiwum, jako komórkę organizacyjną na wypadek, gdyby praca kobieca musiała znowu stanąć do pomocy Armii.

SŁUŻBA PRACY DZIEWCZĄT

Stowarzyszenie Opieki nad Niezatrudnioną Młodzieżą zapoczątkowało w końcu 1933 r. służbę pracy w Polsce, którą dwa lata temu objęły władze wojskowe.

Junaczki (dziewczęta wcielone do Żeńskich Kompanii Pracy) rekrutowane są na wiosnę raz do roku przez zarządy gminne i miejskie ochotniczo na dwa lata. Wiek przepisowy: 18 do 20 lat.

Junaczki tak jak i junacy wykonują pracę fizyczną na rzecz obrony państwa lub dla jego potrzeb gospodarczych, otrzymując za to umundurowanie, wyżywienie, żołd od

25 — 40 gr dziennie oraz premię oszczędnościową (30 gr za każdy przepracowany dzień), składaną na książeczkę P. K. O.

Praca junaczek idzie w dwóch kierunkach: 1) zaopatrywanie całego junactwa w umundurowanie (krawieczyzna, haft mundurowy, tkactwo i trykotarstwo), 2) gospodarstwo wiejskie (ogrodownictwo, hodowla).

Wyszkolenie junaczek jest b. wszechstronne. Przede wszystkim osiedla prowadzą dokształcanie (dla analfabetów do poziomu 4-ch oddziałów szkoły powszechnej, dla wszystkich junaczek szereg prac kulturalno-oświatowych — biblioteki, chóry, zespoły teatralne, kółka sportowe, prasowe, sklepiki spółdzielcze itp.).

Następnie wyszkolenie obejmuje tzw. „przysposobienie w gospodarstwie rodzinnym" oraz przygotowanie do pracy zarobkowej. Naukę prowadzi się w kilku kierunkach: krawieczyzna, przygotowanie pomocnic domowych, gospodyń wiejskich, kurs hotelarsko-okrętowy i kilka pomniejszych działów.

Duży nacisk położony jest na przysposobienie wojskowe i wychowanie fizyczne. (Ratownictwo, obrona przeciwlotniczo-gazowa, sporty).

Osiedla Junackich Hufców Pracy są prawdziwą szkołą życia i pracy.

POLICJA KOBIECA

Komenda Główna P. P. w r. 1925 zorganizowała pierwszy kurs dla policjantek, które następnie przydzielono do służby śledczej w Warszawie i w Łodzi. Drugi kurs w 1929 roku powiększył znacznie ich zastęp.

Polska policja kobieca nie tworzy specjalnej organizacji policyjnej — przy urzędach śledczych istnieją brygady lub sekcje kobiece.

System pracy uczynił policjantkę nie tylko stróżem prawa publicznego, lecz jednocześnie wysłanniczką społeczeństwa do ratowania tych jednostek ludzkich, które znalazły się w niebezpieczeństwie.

Zakres pracy: walka z prostytucją, z przestępczością nieletnich, opieka nad dziećmi opuszczonymi. (Izba zatrzymań w Warszawie zorganizowana w 1935 r.).

Od 1935 r. w Komendzie Głównej (Centrala Służby Śledczej) utworzony został Referat Policji Kobiecej, jako komórka koordynująca i regulująca prace policji kobiecej w całej Polsce. Referat zajmuje się studiowaniem zjawisk i faktów sprzyjających wzrostowi i rozwojowi przestępstw obyczajowych i demoralizacji nieletnich, jak również wyszukiwaniem środków przeciwdziałających.

Przyjmowanie kobiet do policji, jak również szkolenie ich odbywa się na zasadach ogólnie obowiązujących w policji polskiej. Kandydatka na policjantkę winna stać na wysokim poziomie moralnym, musi być zdrowa i silna fizycznie, wzrost powyżej 160 cm, wiek od 21 do 30 lat, stan wolny, wykształcenie z zakresu 5 do 6 kl. szkoły średniej, wymagana praca w organizacjach społecznych. Pierwszeństwo mają kandydatki, które przeszły kursy lub szkoły wychowania fizycznego. W razie przyjęcia składają deklaracje, zobowiązujące je do 4-letniej służby w policji.

Twórzmy rodzime kapitały składając oszczędności w KKO — Rodzime kapitały, to podstawa dobrobytu jednostek i potęgi gospodarczej Państwa —

RODZINA WOJSKOWA

Powstała w 1925 r. z inicjatywy Marszałka Józefa Piłsudskiego. Cele: 1) uświadomienie obywatelskie członków i społeczeństwa, 2) wytworzenie łączności ideowej wśród członkiń, 3) pomoc ekonomiczna, kulturalna i opieka zdrowotna dla rodzin wojskowych, 4) organizowanie pomocy i opieki nad rodzinami wojskowych na wypadek wojny, 5) przygotowanie kadr pracownic społecznych, 6) udział w pracach, mających na celu dobro publiczne.

Członkiniami R. W. są żony, matki, niezamężne córki i siostry wojskowych zawodowych i emerytowanych, obowiązane statutowo do przejścia przeszkolenia z zakresu przysposobienia do obrony kraju.

Działalność R. W. obejmuje opiekę społeczną, oświatę szkolną i pozaszkolną, wychowanie fizyczne, kursy gospodarcze dla członkiń itp.

Rodzina Wojskowa obejmowała swą opieką w r. 1936/37 26.345 dzieci, 8.208 bezrobotnych.

Przy wydziale Ogólno - Organizacyjnym istnieje Fundusz Samopomocy. Celem jego: przyjście z pomocą materialną członkini R. W. w chwili zgonu jej męża (w czasie pokoju).

RODZINA REZERWISTÓW

Rodzina Rezerwistów powstała w roku 1933, jako część składowa Związku Rezerwistów.

Najwyższą ideą rezerwisty polskiego jest wielkość Rzeczypospolitej, naczelnym obowiązkiem służba dla Ojczyzny — te same wartości są podstawą założeń ideologicznych Rodziny Rezerwistów.

Działalność Rodziny Rezerwistów zamyka się w ramach wytyczonych z jednej strony przez organizacyjną łączność ze Związkiem Rezerwistów, z drugiej przez przeważające uczestnictwo kobiet w organizacji samej Rodziny.

Cele Rodziny Rezerwistów: 1) Wychowanie Obywatelskie, mające stworzyć typ obywateki uświadomionej państwowo i społecznie, 2) przysposobienie do Obrony Kraju (przysposobienie moralne, przysposobienie do samoobrony: obrona przeciw, gazowa i ratownictwo), 3) praca kulturalno - oświatowa wśród członków realizowana łącznie z Wychowaniem Obywatelskim, 4) Opieka społeczna bardzo szeroko pojęta, uwzględniająca głównie opiekę nad dzieckiem i pomoc bezrobotnym członkom.

RADA NARODOWA POLEK

W skład Rady Narodowej Polek, która powstała w 1924 r., wchodzi 26 następujących organizacji:

1) Główna Kwatera Harcerek, Koło Filistrowych Arkonii. 3) Koło Chyliczanek. 4) Koło Jastrzębianek. 5) Koło Polek. 6) Koło Pracy Kobiet. 7) Koło b. Wychowanek szkoły Leonii Rudzkiej. 8) Org. Przysp. Wojsk. Kobiet do Obrony Kraju. 9) Polski Zw. Kobiet z Prawniczym Wykształceniem. 10) Polskie Zjednoczenie Kobiet Pracujących Zawodowo. 11) Polskie Stowarzyszenie Kobiet z Wyższym Wykształceniem. 12) Rodzina Wojskowa. 13) Rodzina Rezerwistów. 14) Rodzina Policyjna. 15) Stow. Dyrektorek Polskich Szkół Średnich Prywatnych i Samorządowych. 16) Stow. b. Instruktorek S. P. i O. 17) Stow. Peowiaczek. 18) Stow. „Samopomoc Społ. Kobiet". 19) Stow. „Służba Obywatelska". 20) Stow. b. Strzelczyń. 21) Tow. „Liga Kobiet". 22) Warszawski Klub Wioślarek. 23) Zw. Pracy Obyw. Kobiet. 24) Zw. b. Drużyniaczek. 25) Zw. b. Kurierek. 26) Zrzeszenie Sióstr P. C. K.

Celem R. N. P. jest :1) Koordynowanie działalności organizacji kobiecych dla urealnienia politycznych, społecznych i gospodarczych praw kobiet oraz dla wzmocnienia kobiecego ruchu zawodowego. 2) Reprezentowanie ruchu kobiecego w Międzynarodowej Radzie Kobiet. 3) Utrzymanie łączności z ruchem kobiecym w innych krajach.

SAMOPOMOC SPOŁECZNA KOBIET

W 1935 r. powstała organizacja S. S. K., która jest spadkobierczynią ruchu niepodległościowego. Środowisko, z którym pracuje — to robotniczy i bezrobotny świat kobiecy.

Dążeniem S.S.K. jest, obok należytego uświadamiania obywatelskiego, zaprawienie kobiet do właściwego zrozumienia zasad spółdzielczości i stopniowe opieranie na niej wszystkich, prowadzonych przez organizację placówek.

SŁUŻBA OBYWATELSKA

Istnieje od chwili odzyskania niepodległości. Cele Stowarzyszenia: 1) Organizowanie kobiet pracy na terenie społecznym. 2) Praca nad podniesieniem życia gospodarczego państwa. 3) Szkolenie kobiet w rzemiośle, przemyśle i handlu.

KOBIETY W WALCE Z RAKIEM

W Polsce istnieje od 1927 roku „Koło Pań" przy Polskim Komitecie do zwalczania raka, którego pierwszą protektorką była ś. p. Prezydentowa Michalina Mościcka, a od jej śmierci Marszałkowa Piłsudska.

Praca w „Kole" podzielona jest na sekcje: finansową, propagandową, szpitalną, wywiadowczą i zapomogową. Zakres pracy olbrzymi.

ZWIĄZEK PRACY OBYWATELSKIEJ KOBIET

„Związek Pracy Obywatelskiej Kobiet jest organizacją polityczno-społeczną, jednoczącą w swych szeregach obywatelki Państwa Polskiego, których celem jest praca dla dobra Państwa i społeczeństwa.

Uznając, że najwyższym celem, ku któremu zmierzać powinien obywatel, jest honor, dobro i potęga Polski, Z. P. O. K. uważa, że jego wszystkie członkinie winny szerzyć i realizować ideę służby dla dobra i potęgi Państwa Polskiego, Jego gotowości obronnej i mocarstwowego stanowiska" — z deklaracji ideowej Z. P. O. K.

Związek Pracy Obywatelskiej Kobiet powstał w 1928 r., pod nazwą Związku Pracy Państwowotwórczej Kobiet Polskich.

Program działalności ZPOK pomyślany jest w ten sposób, że organizacja łączy w sobie prace teoretyczne propagandowe z pracami realizacyjnymi, przy czym zarówno w dziedzinie poczynań teoretycznych, jak i praktycznych na naczelnym miejscu postawiono zadanie wychowawcze. Cel wychowawczy polega na rozwijaniu wśród szerokich rzesz kobiecych wartości moralnych i umysłowych, przy jednoczesnym wyrabianiu świadomej i czynnej postawy obywatelskiej.

Codzienne życie organizacyjne wypełnione jest żmudną pracą w instytucjach wychowawczych, kulturalno - oświatowych, gospodarczych, opieki społecznej i innych.

Z.P.O.K. bierze żywy udział w szerszym życiu publicznym, zwracając czujną uwagę na sprawy polityczne.

TOWARZYSTWO POLEK

(na Śląsku)

Działalność sięga czasów b. odległych, jeszcze okresu niewoli. Od 1918 r. Towarzystwo ma już formy zorganizowane.

Praca idzie w kierunku: 1) Uświadomienia narodowego i obywatelskiego członkiń. 2) Opieki nad matką i dzieckiem. 3) Organizowania placówek dostarczających społeczeństwu sił fachowych. 4) Podniesienia stanu kulturalnego wsi.

Towarzystwo Polek działalność swą opiera na szerokich podstawach demokratycznych, skupiając w swych szeregach rzesze kobiece, równe w obliczu prawa i obowiązku.

TOW. MŁODYCH POLEK

(Katowice)

Istnieje 10 lat, ma na celu wychowanie członkiń na dobre obywatelki kraju, udział w Akcji Obrony Narodowej, udział w życiu gospodarczym kraju, pielęgnowanie tradycji i kultury polskiej, pracę samokształceniową oraz zdobywanie dla kobiet praw w życiu społecznym, narodowym i politycznym.

KATOLICKI ZWIĄZEK POLEK

Powstał w 1907 r. ma na celu: 1) Połączyć wszystkie Polki katolickich przekonań we wspólnej pracy kulturalno-społecznej. 2) Starać się o oparcie całokształtu życia narodowego i rozwiązanie kwestii kobiecej na podstawie zasad katolickich.

NARODOWA ORGANIZACJA KOBIET

„Narodowa Organizacja Kobiet, nie będąc odrębną partią polityczną, ani zmierzając do wytworzenia odrębnego obozu politycznego, stawia sobie za zadanie powołanie ogółu kobiet polskich do świadomego udziału w życiu politycznym na gruncie zasad narodowych, chrześcijańskich i demokratycznych, stawiając zawsze na pierwszym planie dobro Rzeczypospolitej jako całości, ponad wszelkie interesy dzielnic i stanów" (z deklaracji ideowej N. O. K., ogłoszonej przed 20-tu laty).

Olbrzymi zakres obejmuje praca N. O. K. Już od chwili powstania organizacji rozwija się jej działalność na szeroką skalę. 1920 r. — przedstawicielki N. O. K. w Komitecie Obrony Państwa, potem praca plebiscytowa na Warmii i Mazurach, powstanie górnośląskie, obrona Lwowa, zbiórką złota i srebra na podkład waluty polskiej. Komitet „Polka Repatriantom", zbiórka na Instytut Radowy.

Następnie nawiązanie łączności z organizacjami kobiecymi Francji, Belgii, Włoch, Rumunii, Czechosłowacji, walka w Sejmie o prawa kobiet, propaganda i zakładanie związków zawodowych kobiecych itd.

N. O. K. już w r. 1926 wzywa do opodatkowania się na rzecz bezrobotnych, zakłada wespół z kilkoma organizacjami międzystowarzyszeniowy komitet pomocy inteligencji pracującej

POLSKIE STOWARZYSZENIE MŁODYCH KOBIET

Oficjalną datą założenia Stowarzyszenia jest rok 1922, ale początkami swymi sięga ono do r. 1919, kiedy to przedstawicielki amerykańskiej Y.W.C.A. pociągnęły do współpracy młode Polki, organizując kursy pracy społecznej, zebrania dyskusyjne i zjazdy.

Obecnie Stowarzyszenie Młodych Kobiet prowadzi na szeroką skalę akcję świetlicową oraz dożywianie. Praca w świetlicach dzieli się na 2 zasadnicze działy: 1) grupy dzieci i młodocianych, 2) grupy dorosłych. Akcja dożywiania ubogich dzieci rozszerza się coraz bardziej.

Na zebraniach klubowych odbywają się pogadanki i dyskusje na tematy społeczne, literackie, religijne. Duży nacisk położony jest na czytelnictwo.

Poza tym organizowane są kursy: z higieny, kultury życia codziennego itp. W stadium organizacji jest specjalny kurs dla kelnerek. Członkinie chętnie korzystają z kursów. Opłaty minimalne.

Członkinie tworzą grupy: „Znicz" — urzędniczki, „Orzeł" ekspedientki, krawcowe, „Ognisko" — element mieszany.

Wydział emigracyjny Stowarzyszenia w Mysłowicach opiekuje się emigrantami i reemigrantami (dyżury na dworcach, schronisko, informacje, opieka nad kobietami i dziećmi itp.).

Książeczka KKO to dowód spełnienia obowiązku obywatelskiego

POLSKIE STOW. KOBIET Z WYŻSZYM WYKSZTAŁCENIEM

Stanowi składową część Międzynarodowej Federacji Kobiet z Uniwersyteckim Wykształceniem.

Cel Stowarzyszenia: zrzeszenie kobiet dla obrony ich interesów (ułatwianie studiów wyższych i pracy naukowej, obrona ich zawodowych interesów, ułatwianie zdobywania stanowisk).

Przy oddziale warszawskim (łącznie z Zarządem Głównym) istnieje Klub skupiający grono kobiet interesujących się aktualnymi zagadnieniami życia współczesnego. Agendą oddziału jest też Koło Studentów poświęcone studiom nad sprawą kobiecą.

Wielkim triumfem Stowarzyszenia było otrzymanie w r. ub. stypendium międzynarodowego, ofiarowywanego co roku przez Federację. Około 20.000 zł otrzymała tym razem dr Lutmanowa-Kokoszyńska na 3-letnią pracę w zakresie filozofii. Jest to triumf tym większy, że o stypendium ubiega się zwykle 40 narodowości, wchodzących w skład Federacji.

ZWIĄZEK KOBIET Z PRAWNICZYM WYKSZTAŁCENIEM W POLSCE

Związek Prawniczek powstał w Warszawie w r. 1929, przyłączając się następnie do „Międzynarodowego Związku Kobiet z Prawniczym Wykształceniem" z siedzibą w Paryżu.

Związek ma na celu obronę praw. zawodowych swoich członkiń oraz ochronę ogólnych interesów i praw kobiet na płaszczyźnie norm prawnych.

Zainteresowania Związku skupiają się na terenie studiów nad sytuacją prawną kobiety w przyszłym prawie familijnym oraz nad tego rodzaju zagadnieniami jak walka z nierządem, przestępczością i in. W pracach tych Związek współdziała z innymi organizacjami kobiecymi.

POLSKIE ZJEDNOCZENIE KOBIET PRACUJĄCYCH ZAWODOWO

W 1933 r. powstał komitet organizacyjny Polskiego Zjednoczenia Kobiet pracujących zawodowo, a w rok później zarejestrowany został w Warszawie statut stowarzyszenia. P.Z.K.P.Z. jest afiliowane do Międzynarodowej Federacji „International Federation of Business and Professional Women".

Organizacje narodowe mają dużą autonomię, wszystkie są apolityczne, stoją na gruncie popierania pracy zawodowej kobiet.

Celem Federacji jest łączenie kobiet różnych zawodów, popieranie nowych zawodów, doskonalenie warunków pracy i warsztatów, pomoc w kształceniu zawodowym, poradnictwo zawodowe, wytwarzanie ośrodków współżycia towarzyskiego i kulturalnego. Federacja dąży do zapewnienia kobietom zasady równej płacy za równą pracę i do udziału kobiet w stanowiskach kierowniczych.

Kobiety w pracy zawodowej

Na polu pracy zawodowej kobieta w Polsce zajmuje bardzo poważne miejsce — około 45% całej ludności pracującej. Udział kobiety jest szczególnie liczny w pracy na roli, tak że na wszystkie inne zawody, poza rolnictwem, przypada tylko ok. 27%.

Te fakty są podstawą do ustalenia dwu pewników: 1) że należy znacznie troskliwiej, niż dotychczas, zainteresować się pracą i życiem kobiety wiejskiej, 2) że zawodowa praca kobiet jest wielkim wkładem sił, energii i twórczości do ogólnej gospodarki narodowej.

W życiu narodowym Polski praca zawodowa kobiet występuje, jako czynnik ekonomicznie ważny i dzięki swej masowości nadaje moralne i społeczne oblicze stanowisku kobiety. W świetle owych prostych stwierdzeń okaże się, że w naszej rzeczywistości państwowej i społecznej udział czynnika pracy kobiet nie jest jeszcze doceniony, że szerokie rzesze narodu nie zawsze zdają sobie sprawę z ważności zagadnień, wiążących się z sytuacją kobiety pracującej tak w rodzinie, jak w warsztacie pracy, oraz w dalszej projekcji rozwoju cywilizacyjnego kraju.

Z zagadnieniami pracy zawodowej kobiet dzieje się to samo, co z wielu zjawiskami dnia powszedniego: widzimy tylko ich drobne, ułamkowe postacie, napotykamy na poszczególne niedogodności lub przeszkody, albo też na błyskotliwe wyjątki — słowem poznajemy maleńki wycinek najbliższej, otaczającej nas codzienności, niby skrawek nieba widziany z głębokiej studni. Tymczasem niebo ma swój horyzont, swe chmury i swe błękity, które trzeba oglądać z wysokiego punktu, aby mieć rozległe pole widzenia. Ciasnota poglądów najbliższego otoczenia wytworzyła w stosunku do pracy zawodowej i zarobkowej kobiet całe mnóstwo przesądów, zarzutów i ograniczeń, które wyładowują się bądź w głosach opinii, bądź w ustawodawstwie, w formie przeszkód, upośledzeń, trudności i zmniejszania korzyści, z tej pracy płynących.

Trudne warunki ekonomiczne w całym świecie w ostatnich latach „kryzysowych" wytworzyły niekiedy nieprzychylny stosunek do kobiety pracującej, a przecież ona swym zarobkiem w wielu wypadkach ratuje byt rodziny i przyczynia się do jej utrzymania. Praca kobiety jest wywołana potrzebą pomocy mężczyźnie, nie zaś chęcią walki z nim. Powstanie konkurencji pracy

kobiecej, jako gorzej opłacanej na rynku pracy, ma swe źródło nie w tendencjach kobiet, lecz w niezdrowych i niemoralnych zasadach wyzysku gospodarczego.

Szereg nieporozumień, wynikających z braku wykształcenia ekonomicznego mas i ze złej woli lub z pomyłek polityków gospodarczych, stał i stoi jeszcze na przeszkodzie, aby praca kobiet była odpowiednio oceniana.

Przejście pracy kobiet z ram ściśle domowych do warsztatów pracy zawodowej, tak fabrycznej, jak przemysłowej, handlowej, bądź intelektualnej, nowość form pracy i sposobów zarobkowania naruszyła konserwatywne pojęcia, stare formy patriarchalnego bytowania rodziny i przyzwyczajenia społeczne. Dopiero stopniowo państwo i społeczeństwo przystosowują się do nowej roli kobiety, normując jej udział w życiu gospodarczym, politycznym i zawodowym nowymi ustawami. Naturalnie, większość tych ustaw nie może nadążyć współczesnemu rozwojowi życia, który przyspieszają wzmożone żądania kobiet, feminizm i ruch kobiecy, szukający sobie oparcia w rzeszach kobiet, w niektórych partiach politycznych, w skomplikowanych objawach kulturalno-społecznych.

Jedna z najwybitniejszych działaczek kobiecego świata pracy zawodowej, Amerykanka, miss Phillips, stwierdza: „Mówi się o kobiecie pracującej zawodowo, jako o czymś nowym, a tymczasem jest to coś starszego od historii. Zmieniły się tylko warunki i miejsce pracy kobiet". Miejscem pracy był ongi dom, a warsztatem i rynkiem pracy — gospodarstwo rodzinne, będące równocześnie wytwórcą i konsumentem dóbr. Kobieta w ciągu wieków dokonała dzieła ucywilizowania ludzkości, stworzyła cały szereg przemysłów: spożywczy w całej różnorodności wyrobów, odzieżowy, z jego działami, jak tkactwo, farbiarstwo, szycie, zdobnictwo, stworzyła kulturę wnętrza domowego i życie towarzyskie z jego inspiracjami literackimi, artystycznymi i społeczno-politycznymi. „Jesteśmy starą grupą ekonomiczną, która od wieków pracowała w domu nad dorobkiem świata przemysłowego i zawodowego. Ale na polu pracy zarobkowej pracujemy stosunkowo od niedawna i w czasie obecnej walki o byt stałyśmy się tarczą do pocisków" — wywodzi z całym obiektywizmem miss Phillips.

Obok nowego układu ekonomicznego i wynikających zeń form pracy i zarobku kobiet, wielką rolę odgrywa kwestia życia rodzinnego, zadań macierzyńskich i wychowawczych kobiety. Współczesne społeczeństwo dąży do umożliwienia kobiecie zadań jej wobec potomstwa przez zakładanie instytucyj wychowawczo-opiekuńczych, współdziałających z rodziną i pomagających matce zarobkującej w fachowy sposób. Stąd znaczny, lecz wciąż jeszcze niewystarczający rozwój opieki społecznej nad matką i dzieckiem w różnych formach oraz ustawodawstwo, chroniące kobiety i dzieci ze względu na ich siły i zdrowie. Aktualne staje się ubezpieczenie macierzyństwa.

Niebywałe upośledzanie skali zarobkowej kobiet, spadającej w pracy fabrycznej, a nawet kwalifikowanej biurowej poniżej 50% zarobków mężczyzn, jest zjawiskiem społecznie niemniej szkodliwym, niż zatrucia chemiczne dla zdrowia... Wywołuje bowiem nadmierne przepraco-

wanie kobiet, ich skrajną niekiedy nędzę i pozbawia możności życia kulturalnego je same oraz ich dzieci. Zasada „równej płacy za równą pracę“ jest jednym z naczelnych, wciąż niezrealizowanych postulatów.

Aby w krótkim rysie ustalić najbardziej istotną „hierarchię potrzeb“ dla owych 45% ludności pracującej zawodowo w Polsce, jaką są kobiety, należało by może zacząć — obok kwestii płac — od zagadnienia odciążenia kobiety we wszystkich sferach społecznych, na wsi, jak i w mieście, od pracy domowej, zbyt prymitywnej i absorbującej. Pracę tę wykonuje każda kobieta obok pracy zawodowej, nie pozostawiając sobie czasu na wypoczynek i życie kulturalne.

Przepracowanie wynikające z tego podwójnego a często potrójnego (wychowanie dzieci) obarczenia kobiety, staje się podstawą alarmujących stwierdzeń lekarzy-społeczników. W epoce naszej, przy obecnym stanie techniki, należy forsować sprawę wielkich inwestycyj publicznych, elektryfikacji i reformy budownictwa mieszkaniowego w celu ułatwienia pracy domowej , jej zmechanizowania i uproszczenia.

Inną sprawą ważną jest szkolenie zawodowe kobiet i potrzeba znacznie większej ilości szkół zawodowych dla dziewcząt, wreszcie stworzenia całej sieci poradni zawodowych. Nadanie nowoczesnego kierunku szkolnictwu zawodowemu łączy się też z ilością zawodów, jakie powinny być wprowadzone do szkół. Zamiast kilku tradycyjnych zawodów, powinno być wiele specjalności, zgodnie z potrzebami rynku współczesnego.

Rynek pracy kobiet jest w tej chwili czymś, co uchyla się od oceny, gdyż znajduje się w stanie chaosu i pożałowania godnego zaniedbania. Co nam jest wiadomo o rozmiarach, potrzebach, tendencjach, tak zatrudnienia, jak bezrobocia kobiet? — tak niewiele, że naprawdę idziemy w przyszłość poomacku. Nasuwają się w tym zakresie dwa postulaty (zresztą już poruszone przez organizacje kobiece): 1) stworzenie placówki planowania rynku pracy kobiet i 2) stworzenie ośrodków badania rynku pracy kobiet.

W zakresie istniejących warsztatów pracy są wciąż niezrealizowane postulaty finansowania kobiecych placówek pracy i kwestie stanowisk kierowniczych we wszelkich instytucjach. Postawa, jaką zajmą same kobiety pracujące zawodowo, formy organizacyj zawodowych, spółdzielczych i samopomocy finansowej, oraz udział kobiet w samorządach i w rządzie — mogą okazać się najbardziej skutecznymi środkami w osiąganiu tych celów.

Jadwiga Krawczyńska

Udział kobiet w pracy zawodowej

Masowe garnięcie się kobiet do pracy zawodowej datuje się stosunkowo od niedawna. Oczywiście wyjątkowo dzielne i wytrwałe jednostki pracowały zawodowo i w zeszłym stuleciu, ale trzeba je uważać za wyjątki. Jakkolwiek i dziś, pomimo tak wielkiego postępu w życiu społeczeństwa polskiego przez ostatnie pięćdziesiąt lat, praca zawodowa kobiet napotyka ogromne trudności, trzeba było nielada odwagi, aby wystąpić z żądaniem samodzielności materialnej wówczas. Trzeba dodać, że wiele zawodów przez długi czas było w ogóle dla kobiet niedostępnych. Jeszcze Piotr Chmielowski, znany przecie z życzliwego i rozumnego stosunku do pracy zarobkowej kobiet, pisał w latach siedemdziesiątych, że trudno jest sobie wyobrazić kobietę lekarza czy kobietę adwokata. Dopiero Edward Prądzyński w swym dziele „O prawach kobiet" postawił postulat ekonomicznej niezależności kobiet i otwarcia im wszelkich pól pracy zarobkowej.

Dziś teoretycznie wszelkie zawody są dla kobiet dostępne, praktycznie jednak istnieją niepisane — a czasem i pisane — prawa, które utrudniają kobietom zdobywanie wyższego zawodowego wykształcenia, albo otrzymywanie już wykwalifikowanym odpowiednich stanowisk.

Przyczyny tego stanu rzeczy trzeba szukać w niechętnym i konserwatywnym ustosunkowaniu się społeczeństwa do pracy zarobkowej kobiet. Wysuwane są poważne zastrzeżenia, że praca zawodowa odrywa kobietę od jej obowiązków rodzinnych, oraz że zarobkowanie kobiet przyczynia się do ogólnego bezrobocia. Zarzuty te są w pewnej mierze słuszne, jednak w dzisiejszych warunkach przy tak wielkim skomplikowaniu wszelkich zagadnień i tej sprawy nie można ujmować tylko z punktu widzenia negatywnego. Zamiast utrudniać i bronić kobiecie pracy zawodowej z tych czy innych powodów, trzeba uznać, że nie do pomyślenia jest dziś ów wymarzony przez pewien odłam społeczeństwa „powrót kobiety do domu".

PRACA KOBIET W PRZEMYŚLE

Przemysł rozrasta się coraz bardziej i zatrudnia ogromne rzesze kobiet. Dziś niemożliwe byłoby zawrócenie z tej drogi. Praca kobiet jest w przemyśle konieczna i ze względu na jego rozwój i dlatego również, iż na wypadek wojny państwo musi mieć wykwalifikowane zastępcze siły kobiece. Może ta sprawa nie jest jeszcze dość dobrze rozumiana przez szeroki ogół. Konieczność zatrudnienia kobiet w przemyśle nie jest jednoznaczna z wyzyskiem gospodarczym, jaki ma miejsce w stosowaniu nierównych stawek płacy dla mężczyzn i kobiet za wykonanie takiej samej roboty.

Dla orientacji przytaczam dane z Małego Rocznika Statystycznego za rok 1938:

Zarobki godzinne robotników w wielkim i średnim przemyśle przetwórczym w sierpniu 1936 według stopnia kwalifikacji.

Przemysły	Mężczyźni wykwalifikowani	Mężczyźni przyuczeni	Mężczyźni niewykwalifikowani	Kobiety wykwalifikowane	Kobiety przyuczone	Kobiety niewykwalifikowane
Mineralny	0,67	0,52	0,46	0,35	0,28	0,27
Metalowy	1,02	0,67	0,62	0,48	0,41	0,40
Elektrotechniczny	1,12	0,73	0,60	0,61	—	0,49
Chemiczny	1,12	0,87	0,71	0,62	0,49	0,38
Włókienniczy	0,87	0,67	0,63	0,61	0,51	0,49
Papierniczy	1,03	0,74	0,58	0,52	0,42	0,33
Skórzany	1,10	0,72	0,65	0,53	—	0,43
Drzewny	0,53	0,41	0,34	0,33	0,31	0,23
Spożywczy	0,87	0,64	0,54	0,85	0,67	0,51
Odzieżowy	0,89	0,66	0,56	0,40	0,39	0,37
Budowlany	0,93	0,72	0,59	—	—	0,28
Poligraficzny	1,66	0,76	0,62	0,51	0,46	0,32

Przeciętne zarobki w złotych godzinne

Przemysły	Liczba objętych badaniem	Mężczyźni	Kobiety
Mineralny	80,4	0,56	0,30
Metalowy	114,2	0,91	0,48
Elektrotechniczny	15,1	0,84	0,48
Chemiczny	46,7	0,88	0,49
Włókienniczy	152,4	0,84	0,61
Papierniczy	15,6	0,77	0,40
Skórzany	6,5	0,82	0,44
Drzewny	55,9	0,42	0,27
Spożywczy	53,7	0,68	0,57
Odzieżowy	15,1	0,79	0,41
Budowlany	34,6	0,72	0,30
Poligraficzny	11,4	1,26	0,42

Jak z przedstawionych tablic widzimy, rozpiętość cen za godzinę pracy mężczyzny, a za godzinę pracy kobiety jest bardzo duża. W niektórych wypadkach różnica wynosi 100%. Jak wykazały badania inspektorów i inspektorek pracy w przemyśle, wydajność pracy kobiet często bywa większa, niż wydajność pracy mężczyzn. Niesprawiedliwość w jej ocenie rzuca się w oczy. Poza osobistą krzywdą kobiet fakt niskiego wynagradzania pracy kobiecej ma doniosłe znaczenie społeczne. Ogromne rzesze kobiet-robotnic z tych głodowych zarobków muszą utrzymywać swoje rodziny, zaś przedsiębiorca woli zatrudniać kobiety, będące tak tanią siłą roboczą, niż mężczyzn. Zatem — choć to brzmi jak paradoks — przyczyny bezrobocia mężczyzn trzeba się raczej doszukiwać w niskich

stawkach płacy za pracę kobiet, niż w samym fakcie zatrudniania kobiet.

Jeszcze jaskrawiej przedstawia te stosunki płac następująca tablica:

Robotnicy w wielkim i średnim przemyśle przetwórczym według wysokości zarobku tygodniowego

Odsetek robotników, których zarobek tygodniowy wynosił złotych

Dane 1932—37	Poniżej 10	10—20	20—30	30—40	40—50	50—60	60—70	70—80	Wyżej 80
Mężczyźni . .	6,8	19,9	24,1	20,6	12,1	7,0	4,0	2,2	3,3
Kobiety . .	11,9	35,3	33,2	14,0	4,2	1,0	0,2	0,0	0,0

Jeżeli teraz uważnie odczytamy dalsze dane o procentowym udziale kobiet w wielkim i średnim przemyśle, jasno zdamy sobie sprawę, jak wielkim złem społecznym jest niskie szacowanie pracy kobiecej z uwagi na domniemaną ilość ludzi, która z niej żyje.

Udział kobiet w wielkim i średnim przemyśle

Przemysły	1931	1936	1937	1938
Górnictwo	3,9	2,5	2,3	2,2
Hutnictwo	3,4	2,4	2,3	2,2
Przemysły przetwórcze				
Mineralny	17,1	17,0	17,6	17,4
Metalowy	8,2	9,2	9,2	8,7
Elektrotechniczny	31,4	38,2	36,5	32,1
Chemiczny	28,3	29,3	29,1	29,4
Włókienniczy	53,4	53,2	53,6	53,4
Papierniczy	37,8	37,4	37,2	35,3
Skórzany	17,4	16,1	15,1	16,3
Drzewny	11,8	13,2	12,4	12,9
Spożywczy	36,0	38,4	36,6	37,2
Odzieżowy	63,0	64,2	60,9	60,4
Budowlany	2,6	1,2	1,3	1,3
Poligraficzny	31,7	30,4	32,3	33,5

Robotnice zatrudnione w wielkim i średnim przemyśle przetwórczym według wieku w styczniu 1934 r.

Liczba objętych badaniem	Lat 19 i mniej	20—29	30—39	40—49	50—59	60 i więcej
113980	7,4	45,0	24,9	14,6	6,2	1,9

Z ostatniego zestawienia widzimy, że największy odsetek kobiet zatrudnionych w przemyśle to robotnice w wieku od 20 do 29 lat.

PRACA KOBIET W HANDLU

Duży odsetek kobiet pracuje w handlu. Ciekawe, że około 38% samodzielnych kupców to kobiety. Oczywiście mowa tu i o przedsiębiorstwach handlowych (np. pralnie). Samodzielna praca kobiet w handlu ma tę dobrą stronę, że zwykle do pomocy właścicielce staje jej rodzina, jeżeli oczywiście potrafi ją sobie odpowiednio wychować. Zdarza się bowiem również, że wykształcone dzieci, zwłaszcza córki, wstydzą się pomagać matce w sklepie czy „interesie handlowym".

Jeżeli jednak właścicielką sklepu jest osoba samotna, a samo przedsiębiorstwo nieduże, kobieta taka pracuje często rzeczywiście ponad siły. Daje się to specjalnie zauważyć w mniejszych miastach.

PRACOWNICE UMYSŁOWE

Nie mam ścisłych danych o podziale pracowników umysłowych według kategorii zawodowych. Ciekawe jest jednak zestawienie Zakładu Ubezp. Społ., z którego widać, jak kształtuje się krzywa wieku w stosunku do wysokości miesięcznych zarobków (przeciętnych). Ciekawe też jest i tutaj porównanie zarobków mężczyzn i kobiet.

Pracownicy umysłowi według Z.U.S.

Zarobki miesięczne w złotych. Warszawa 1936.

Grupy wieku	poniżej 120		120—180		180—360		360—480		480—720		720 i więcej	
	M	K	M	K	M	K	M	K	M	K	M	K
15—24	55,2	66,7	28,6	23,4	15,2	9,6	0,6	9,2	0,3	0,1	0,1	0,0
25—39	17,6	29,7	21,9	29,7	39,5	34,9	9,5	4,0	8,2	1,5	3,3	0,2
40 i więcej lat	13,4	21,2	11,6	21,2	31,2	41,5	12,9	9,4	17,9	5,6	13,0	1,1

Uwaga: M — Mężczyźni,
K — Kobiety.

Można stąd np. wyprowadzić wniosek, że kobiety, pracowniczki umysłowe w bardzo nikłym procencie awansują. Jeśliby porównać pozycję pierwszą z ostatnią i przyjąć, że na 55 mężczyzn, wstępujących do pracy w wieku od 15 do 24 lat z pensją 120 zł miesięcznie — pracowników po czterdziestce pozostaje 13 z pensją 720 zł miesięcznie, to w tych samych warunkach na 66 kobiet — pozostaje tylko jedna. Oczywiście jest to rachunek zbyt prosty, ale trzeba tu zaznaczyć, że w naszych warunkach kobiety-najemniczki bardzo rzadko dochodzą do wyższych stanowisk. Przede wszystkim dlatego, że zwykle bardzo wcześnie wychodzą z pracy zawodowej, traktując ją nie jako cel, a tylko jako etap w swoim życiu.

I tu może także leży jedna z ważniejszych przyczyn, że praca kobiet jest gorzej płatna. Mężczyzna poświęca się swemu zawodowi kompletniej. Nawet bardzo zdolna zaś biuralistka gotowa jest w każdej chwili pracę porzucić, jeśli może wyjść za mąż, choćby nawet jej małżeńskie warunki materialne miały być gorsze od warunków, jakie zapracowywała sama.

Większe przywiązanie do swego zawodu spotykamy u kobiet tam, gdzie w grę wchodzi emerytura. A więc w administracji i w szkolnictwie. W administracji prywatnej pracują raczej kobiety młodsze, gdyż prywatny przedsiębiorca chłonny jest więcej na siły młodsze. Administracja państwowa i samorządowa zatrudnia i starsze ze względów emerytalnych.

PRACA KOBIET W SZKOLNICTWIE

W szkolnictwie pracuje bardzo wiele kobiet. W szkolnictwie powszechnym liczba ich dochodzi do około 55%. Oczywiście na stanowiskach wyższych i kierowniczych kobiet prawie nie widzimy. Częściej można spotkać w szkole kilkuoddziałowej młodego i pewnego siebie kierownika, niż zasłużoną ale ustępliwą, może mającą zbyt mało wiary we własne siły, kierowniczkę. Z praktyki pracy w prowincjonalnych dozorach szkolnych pamiętam tylko jedną kierowniczkę, która objęła to stanowisko na wyraźną prośbę i podanie wystosowane przez ludność trzech wsi.

Udział kobiet w szkolnictwie średnim jest bardzo niewystarczający. W szkołach żeńskich np. pracuje znacznie większy odsetek mężczyzn niż kobiet. Bywają wypadki, że dyrekcja żeńskiego gimnazjum spoczywa w rękach dyrektora. W szkołach państwowych średnich w r. 1932 pracowało tylko 22,5% kobiet, a w prywatnych 42,5%. Dziś te stosunki zmieniają się nieco na lepsze, ale odbywa się to bardzo powoli.

Rezultat tego stanu rzeczy jest dość niepokojący. Kobiety brały zbyt mały albo żaden udział w układaniu programów szkolnych i w samych szkołach zbyt mały mają wpływ.

Ponieważ w życiu społecznym wszelkie istotne przemiany następują bardzo powoli, więc i sprawa kobieca, która tak wielkie trudności ma do zwalczenia, długo jeszcze nie stanie się istotnie sprawą otwartych drzwi, gdyż dorosłe pokolenia, te „opiniodawcze", mają pogląd już utrwalony, który zmienić trudno,

zaś odpowiednie urabianie młodzieży odbywa się wolno, ponieważ niema mowy o jakiejś zorganizowanej akcji kobiecej w tym kierunku.

Tak więc w dalszym ciągu pokutuje i długo jeszcze pokutować będzie opinia o walce płci, choć dzisiejszy feminizm ma inne cele. Jak powiedziała Jadwiga Krawczyńska w jednym ze swych artykułów: „Praca kobiety jest wywołana potrzebą pomocy mężczyźnie, nie zaś chęcią walki z nim“. Konkurencja pracy wynika nie z tendencji kobiet, a z wyzysku gospodarczego. Tania robocizna kobiet zawsze będzie wypierała z rynku pracy drogą robociznę mężczyzn.

WOLNE ZAWODY

O udziale kobiet w t. zw. zawodach wolnych trudno zdobyć dane. Mały Rocznik Statystyczny np. podając ogólną liczbę *lekarzy* w Polsce, nie wymienia w osobnej rubryce lekarzy-kobiet. I właściwie należało by się z tego cieszyć, gdyż najwyższy czas, aby był w każdej dziedzinie uwzględniony tylko pracownik i zawodowiec bez podziału według płci.

W *adwokaturze* obecnie udział kobiet powiększył się znacznie w porównaniu z latami ubiegłymi. Według Woytowicz-Grabińskiej mamy obecnie około 200 adwokatek i 300 aplikantek adwokackich.

Z *sądownictwem* jest gorzej, gdyż dopiero od r. 1929 mianowano w Polsce pierwszą kobietę sędzią. Dziś sędziami grodzkimi jest 15 kobiet (w tym 8 jeszcze w charakterze tzw. asesorów). Wykształcenie prawne otwiera też kobietom drogę do stanowisk radców prawnych. O ile wiem, dotąd jeszcze niewiele kobiet pełni te funkcje.

Kobiety architektki zdobyły już sobie duże uznanie i praca ich ma przed sobą wielką przyszłość. Dotąd jest ich jeszcze bardzo niewiele (na ogólną liczbę zrzeszonych architektów — 82 kobiety). Jednak mogą się już pochwalić znaczną ilością zaprojektowanych i wybudowanych obiektów. W budownictwie mieszkaniowym architektki te mają przewagę nad swoimi kolegami, że racjonalniej i wygodniej projektują wnętrza. Razmawiałam kiedyś ze znajomymi paniami, mieszkającymi stale w Gdyni. Użalały się one nad gospodarczym urządzeniem mieszkań w nowych domach w Gdyni. Jedna z nich zrobiła taką uwagę:

Gdyby te domy projektowały architektki, napewno nie miałybyśmy kuchni budowanych od południa i każde mieszkanie prawdopodobnie posiadałoby choć najmniejszą śpiżarnię...

W *literaturze* i *sztuce* udział kobiet jest znaczny. Tutaj jednak o sta-

tystyki jest wyjątkowo trudno. Nie wszystkie są zrzeszone, często pracują dorywczo, albo zasadniczo pracują w innym zawodzie, zaś sztuka czy literatura jest ich „zaczarowanym ogrodem“, w którym chętnie przebywają, ale pracy tej nie traktują jako zawód, zapewniający im utrzymanie.

W *dziennikarstwie* udział kobiet w ostatnich latach powiększył się znacznie, według Jadwigi Krawczyńskiej obecnie przynajmniej o 100% więcej, niż przed 15 laty, jednak ciągle liczba dziennikarek w Polsce jest znikoma. Należy zaznaczyć, że niewiele z nich zrobiło w dziennikarstwie tzw. karierę i np. obejmowanie stanowisk redaktorek naczelnych jest bardzo rzadkie.

Bardzo licznie pracują kobiety w różnych społecznych *instytucjach*. Wiele z tych pracowniczek poświęca tym sprawom rzeczywiście cały swój czas, inicjatywę i serce. Jednak — choć moralnie biorąc — taki rodzaj społecznikostwa właściwie możnaby nazwać zawodem, — ponieważ pracują one honorowo, wspominam o nich tylko.

Zawodowa praca kobiet rozwija się coraz bardziej i obejmuje coraz liczniejsze zastępy. Pomału zmienia się też uprzedzenie w społeczeństwie do tej pracy. Jeszcze jest wiele trudności na tej drodze ale — idzie ku lepszemu.

Hanna Koryzna

PRACA SPOŁECZNA I GOSPODARCZA KOBIET

STOWARZYSZENIE ZJEDNOCZONYCH ZIEMIANEK

Przeszło 40 lat temu na terenie wsi polskiej powstaje organizacja kobieca, zrzeszająca ziemianki w pracy dla dobra kraju. Inicjatorką tego ruchu była Maria Kleniewska, znana przez długie lata i dotychczas, działaczka społeczna.

Ziemianki pracują tajnie w czasie prześladowań, zrzesza się nie tylko wieś, ale i miasto. Podczas wojny pomagają uchodźcom, prowadzą działalność sanitarną. Zawieruchę wojenną przetrwały szkoły, prowadzone przez Ziemianki, jak np. Mirosławice (pow. kutnowski), istniejące dotychczas jako najstarsza szkoła gospodarcza w Polsce dla dziewcząt wiejskich.

Obecnie istnieje poza tym szkoła gospodarcza w Rudzie Czechowskiej pod Puławami, szkoła w Marysinie na Kujawach i w Świeciu na Pomorzu. Prócz tego Ziemianki prowadzą liczne ochrony, świetlice, organizują różnego typu kursy po wsiach, szerzą zasady higieny, zakładają ośrodki zdrowia, tworzą kolonie letnie dla dzieci polskich z Niemiec i Górnego Śląska itp.

Ideologią Stowarzyszenia jest — według statutu — praca nad rozwojem kultury społecznej i gospodarczej wsi polskiej w duchu narodowym i katolickim.

Coraz bardziej uwydatnia się ta praca gospodarcza. Dąży ona do podniesienia warsztatów pracy członków, a przez to do ogólnego podniesienia gospodarczego wsi. Istnieją tu sekcje: gospodarstwa domowego, ogrodnicza, drobiowa, handlowa, sekcja praktyk, dział reklamy pensjonatów we dworach; urządzane są kursy, odczyty, pokazy, kiermasze.

Do Stowarzyszenia Zjednoczonych Ziemianek należą zarówno przedstawicielki większej własności, jak i gospodynie małorolne. Wszystkie mają te same prawa i te same obowiązki.

OSIEDLE

(Komitet opieki nad najbiedniejszymi mieszkańcami m. Warszawy i okolic podmiejskich 1928 — 1939).

Praca „Osiedla" pod przewodnictwem P. Marszałkowej Piłsudskiej zatacza coraz szersze kręgi. Komitet dzieli się na sekcje: 1) żłobków, 2) przedszkoli, 3) półkolonij i kolonij, 4) odżywiania, 5) kulturalno-oświatową, 6) harcerską, 7) przysposobienia wojskowego, 8) finansową, 9) ogródków działkowych.

Prócz celów charytatywnych „Osiedle" ma więc i zadania wychowawczo-społeczne.

Pięć lat temu powstał z inicjatywy P. Marszałkowej ogródek Jordanowski dla najbiedniejszych dzieci Ochoty, potem drugi na Żoliborzu.

Sekcja kulturalno-oświatowa prowadzi czytelnie, przedszkola, świetlice, szkoły kroju i szycia oraz poradnie prawne.

W 1938 r. zapoczątkowano Sekcję Pracy przez założenie szwalni na Annopolu. Utworzono także podsekcję Dochodów Stałych — „Slöjd", która zakupiła sklep pod tą firmą i zorganizowała na Annopolu kurs robót ze słomy i rafii.

CENTRALNA ORGANIZACJA KÓŁ GOSPODYŃ WIEJSKICH

Jest autonomiczną jednostką przy Centralnym Towarzystwie Organizacji i Kółek Rolniczych. Działa na terenie 5 województw centralnych i 4 województw kresów wschodnich oraz od 1938 r., na terenie 3 powiatów w województwie poznańskim i 3 w pomorskim.

C. O. K. G. W. zrzesza gospodynie wiejskie dla prowadzenia pracy kulturalno-oświatowej i gospodarczej na wsi.

W szczególności dąży do:

1) stworzenia warunków umożliwiających kobiecie wiejskiej samokształcenie ogólne i zawodowe,

2) organizowanie samopomocy w zakresie obowiązków matki i wychowawczyni, jak również w dziedzinie jej pracy i obowiązków obywatelskich.

TOW. „OPIEKA"

Praca Towarzystwa „Opieka" rozwija się w następujących sekcjach: 1) oświatowo-wychowawczej (przedszkola, świetlice, opieka lekarska, odżywianie i t. p.), 2) działek rolnych, 3) subsydiów w naturze, 4) opieki specjalnej nad matką i dzieckiem, 5) „Dzielmy się", 6) pracy (dla wojska, dla L.O.P.P., dla Pocztowej Kasy Oszczędności i t. p.), 7) dochodów.

ZWIĄZEK PAŃ DOMU

Związek Pań Domu stał się samodzielną organizacją w roku 1931, przekształcony z Koła Studentów Gospodarstwa Domowego, założonego w r. 1926 przy Stowarzyszeniu Ziemianek i pracującego początkowo pod nazwą Sekcji Gospodarstwa Domowego (1925 r.).

Celem Związku Pań Domu jest szerzenie wśród kobiet polskich umiejętności gospodarowania, a wśród całego społeczeństwa idei wzorowego domu i rodziny.

Związek Pań Domu prowadzi od chwili powstania: uświadamianie gospodarcze kobiet, kształcenie w umiejętności gospodarowania, ulepszania metod pracy domowej, stosowanie zasad oszczędności, wzajemną pomoc w zakresie gospodarstwa domowego wśród członkiń Związku i najszerszego ogółu kobiet, oraz umacnianie stanowiska pani domu w rodzinie i społeczeństwie.

Najszerzej prowadzona jest praca oświatowo-gospodarcza. Oddziały dokształcają swoje członkinie na bursach narodowych, urządzają pokazy, organizują wykłady, konkursy sprawności, wycieczki, pokazy.

INSTYTUT GOSPODARSTWA DOMOWEGO

Placówka naukowo-doświadczalna założona z inicjatywy społecznej gospodyń w 1930 r.

Zadaniem Instytutu jest rozpowszechnianie zasad zdrowego i ekonomicznego kierowania warsztatem pracy domowej, przez dostosowanie zdobyczy nauki do życia codziennego. Praca Instytutu podzielona jest na komisje, skupiające w sobie ludzi fachowych, posiadających poza teoretycznym odpowiednim wykształceniem, duże doświadczenie praktyczne.

POLSKA LIGA KOOPERATYSTEK

Powstała w 1933 r. Grono zapalonych pionierek spółdzielczości, złożone przeważnie z kobiet pracujących zarobkowo, każdą wolną chwilę poświęca sprawie, w której widzi możliwość poprawy doli, nie tylko polskiego społeczeństwa, ale całej ludzkości. Kursy, które urządzają kooperatystki, *odczyty, pogadanki oświatowe, pokazy z zakresu gospodarstwa domowego, nauka robót ręcznych, rachunkowości, komitety przy sklepach, kursy wakacyjne* dały już wyniki, wyrażające się nietyle w wielkiej ilości kół, ile w zwiększonej produkcji spółdzielczej. Tak np. *w roku ostatnim produkcja spółdzielcza wzrosła o blisko 50%*, co w wielkiej mierze przypisywać należy intensywnej propagandzie kobiecej.

Kooperatystki tworzą spółdzielnie. Najbardziej znaną w Warszawie jest spółdzielnia absolwentek szkół zawodowych *Inicjatywa*, której warsztaty krawieckie i robót ręcznych mają już swoją wyrobioną markę. W *Katowicach* powstała kilka lat temu *kooperatywa pracowniczek hotelowych*, które pod nazwą *„Przelot"* założyły coś w rodzaju domu turystycznego i gospody. W *Łodzi Gospoda spółdzielcza*, prowadzona przez absolwentki i nauczycielki szkoły gospodarstwa, nie może pomieścić gości w swoim lokalu.

Obecnie mamy 100 kół kooperatystek.

Szkolnictwo zawodowe w Polsce

Ze względu na wagę zagadnienia, jakie stanowi zawodowe szkolenie młodzieży, zamieszczamy poniżej wykaz najważniejszych (żeńskich lub koedukacyjnych) szkół zawodowych w naszym kraju. Wykaz ten sporządziliśmy na podstawie „Informatora“ wydanego przez Koło Warszawskie Stowarzyszenia Nauczycieli Szkół Zawodowych (Warszawa, ul. Żurawia 9).

Wyjaśniamy, że warunki przyjęcia do szkół wymienionych w naszym wykazie są następujące:

a) *do szkół stopnia licealnego* — przedstawienie świadectwa IV klas gimn. ogólnokształcącego, względnie VI klas gimnazjum dawnego typu, oraz złożenie egzaminu sprawdzającego;

b) *do szkół stopnia gimnazjalnego* — przedstawienie świadectwa ukończenia 6-ej klasy publicznej szkoły powszechnej;

c) *do szkół stopnia niższego* — przedstawienie ukończenia 3 lub 4-klasowej publicznej szkoły powszechnej;

d) *do szkół przysposobienia zawodowego* — I stopnia: ukończenie szkoły powszechnej bez względu na jej stopień organizacyjny, II stopnia: ukończenie czteroletniego gimnazjum;

e) *do szkół dokształcających* — ukończenie szkoły powszechnej bez względu na jej stopień organizacyjny.

WARSZAWA

Szkoły techniczne

stopnia licealnego

Żeńskie Liceum Przem.-Techniczne Tow. Szkół Pracy, Wiejska 7.

Żeńska Szkoła Architektury im. S. Noakowskiego, Wspólna 81.

Szkoły Przemysłowe i Rękodzielnicze

Typu licealnego

Państwowa Żeńska Szkoła Krawiecko-Bieliźniarska, Plac Trzech Krzyży 18.

Typu gimnazjalnego

Państwowe Żeńskie Gimnazjum Bieliźniarskie, ul. Górnośląska 31; Państwowe Żeńskie Gimnazjum Krawieckie oraz I Miejska Szkoła Rękodzielnicza Żeńska, Kazimierzowska 60 (Mokotów); III Miejska Szkoła Rękodzielnicza Żeńska, Praga, Białostocka 4; Żeńska Szkoła Zawodowa „Nauka i Praca“. Wydziały: krawiecki, trykotarski, hafciarski, Marymoncka 66.

Kursy przysposobienia zawodowego

o rozmaitych warunkach przyjęcia.

Miejska Żeńska Szkoła Przysposobienia Krawiecko-Bieliźn., Mokotów, ul. Kazimierzowska 60; Prywatna Żeńska Szkoła Przysposobienia Krawiecko-Bieliźn. i Szkoła Dokszt. Krawiecka 2-letnia, ul. Teresińska 9; Prywatna Żeńska Szkoła Przysposobienia Kraw.-Bieliźn. „Św. Ludwika“, ul. Nowolipki 52; Jednoroczne Kur-

sy Przysposob. Zawod. w Trykotarstwie Fabrycznym Stow. „Służba Obywatelska", Mokotów, ul. Wiktorska 65; Państwowy Kurs Zabawkarstwa, Pl. Trzech Krzyży 18; Państw. Kurs Galanterii, Górnośląska 31.

Szkoły Handlowe

stopnia licealnego

Instytut Studiów Handlowych i Orientalistycznych (3-letni, koedukacyjny), ul. Reja 7; Państwowe Żeńskie Liceum Handlowe, ul. Górnośląska 31; Pryw. Jednoroczna Koedukacyjna Szkoła Przysposobienia Handlowego im. senatora S. Bruna Zgromadz. Kupców, ul. Prosta 14; Pryw. Liceum Handlowe Żeńskie im. Kaniowczyków i Żeligowczyków, Złota 14; Pryw. Liceum Handlowe Żeńskie Heleny Henrykowej Chankowskiej, ul. Królewska 35; Prywatne Koedukacyjne Liceum Handlowe Towarzystwa Oświaty Zawodowej, ul. Królewska 23; Pryw. Liceum Handlowe Żeńskie Stow. „Praca Nauczycielska", ul. Wspólna 41.

Gimnazja Kupieckie i Szkoły Handlowe

Państwowe Żeńskie Gimnazjum Kupieckie, Górnośląska 31; Pryw. Żeńskie Gimnazjum Kupieckie im. Kaniow. i Żeligow., ul. Złota 14; Prywatne Żeńskie Gimnazjum Kupieckie J. z Jankowskich Statkowskiej, ul. Nowogrodzka 58; Pryw. Żeńskie Gimnazjum Kupieckie Stow. Szkół Handlowych, Praga, ul. Szeroka 38; Koeduk. Gimnazjum Spółdzielcze im. R. Mielczarskiego, ul. Pankiewicza 3; Pryw. Koeduk. Gimnazjum Kupieckie Tow. Oświaty Zawodowej, ul. Królewska 28; Pryw. Żeńskie Gimn. Kupieckie Tow. „Koło Prażan", Praga, ul. Brzeska 9; Prywatne Koeduk. Gimnazjum Kupieckie Tow. „Wiedza", Mokotów, ul. Wiktorska 49/51; Prywatna Żeńska Szkoła Handlowa, Królewska 16.

Kursy handlowe i szkoły przysposobienia handlowego

(o różnych warunkach przyjęcia).

Szkoła Handl. Wieczorna Zgrom. Kupców. Oddziały: męski i żeński, ul. Prosta 14; Koeduk. Szkoła Przysposobienia Administracyjno - Handlowego II stopnia, ul. Królewska 23; Pryw. Żeńska Szkoła Przysposob. Kupieckiego (roczna), ul. Żurawia 13; Kursy Stenografii A. Wojnara, ul. Koszykowa 15; Kursy Stenografii J. Mayowej, ul. Jasna 17.

Szkoły Gospodarcze

a) Przyjęcie na podstawie VI kl. gimn. dawnego typu lub IV kl. gimn. nowego typu.

Pryw. Jednoroczna Żeńska Szkoła Zarządczyń im. Generałowej Zamojskiej, ul. Elektoralna 47; Państw. Seminarium dla Nauczycielek Gospodarstwa, ul. 6 Sierpnia 43; Pryw. Jednorocz. Żeńska Szkoła Przysposobienia w Gosp. Rodzinnym II stopnia im. Jen. Zamoyskiej, ul. Elektoralna 47; Państw. Szkoła Przysposobienia w Gospod. Rodzin. (II stopnia), ul. Mokotowska 1.

b) Przyjęcia na podstawie świadectwa szkoły powszechnej.

Państwowa Szkoła Przysposob. w Gospod. Rodzin. (I stopnia), ul. Mokotowska 1; Miejska Szkoła Przysposobienia w Gospodarstwie Rodzinnym (I stopnia). Mokotów, ul. Kazimierzowska 60; Prywatna Żeń-

ska Szkoła Przysposob. w Gosp. Rodzinnym (I stopnia), ul. Zabłocińska 20; Pryw. Żeńska Szkoła Przysposobienia w Gospod. Rodzinnym (I stopnia), ul. Teresińska 9; Pryw. Żeńska Szkoła Przysposob. w Gospodarstwie Rodzinnym (I stopnia), ul. Marymoncka 66; Pryw. Żeńska Szkoła Gospodarcza p. w. Św. Józefa, ul. Sewerynów 8; Niższa Szkoła Hotelarsko-Okrętowa (popoł. od 15 do 19 g.) ,ul. Mokotowska 1.

Zakłady Kształcenia Wychowawczyń

Państwowe Seminarium dla Ochroniarek, ul. 6 Sierpnia 21; Pryw. Seminarium dla Wychowawczyń Przedszkoli Katol. Zw. Polek, ul. Krakowskie Przedmieście 36; Pryw. Seminarium dla Wychowawczyń Przedszkoli L. Turzańskiej, ul. Chmielna 10; Szkoła Wychowawczyń Domowych Zgrom. SS. Miłosierdzia, ul. Czerniakowska 47; Pryw. Żeńskie Kursy Wychowawczyń Domowych, ul. Teresińska 9; Kurs Piastunek (Internatowy, 9-miesięczny), Dom Ks. Boduena, ul. Nowogrodzka 75.

Szkoły Pielęgniarstwa i Higieny

a) Przyjęcie na podstawie VI kl. gimn. dawnego typu lub IV kl. gimn. nowego typu.

Warszawska Szkoła Pielęgniarstwa, ul. Koszykowa 78; Szkoła Pielęgniarstwa Pol. Czerw. Krzyża (żeńska), ul. Smolna 6; Pierwsze Kursy Przyrodolecznicze, dyr. I. Kisielewskiej i dr med. M. Biernackiej, ul. Szopena 16.

b) Przyjęcia na podstawie świadectw szkoły powszechnej.

Warszawska Miejska Szkoła Położnych, ul. Karowa 2-a.

c) Szkoły i kursy leczniczo-kosmetyczne o różnych warunkach przyjęcia.

Pierwsze Kursy Kosmetyczne i Szkoła Masażu Leczniczego dr med. M. Biernackiej i dyr. I. Kisielewskiej, ul. Szopena 16; Kursy Racjonalnej Kosmetyki dr J. Świtalskiej, Al. Ujazdowskie 37 i Nowy Świat 47; Szkoła Masażu Leczniczego dr Zaorskiego, ul. Smolna 30.

Szkoły Różne

Przyjęcia na podstawie matury

Szkoła Bibliotekarska Prywatna Jednoroczna Koedukacyjna, ul. Koszykowa 26; Państwowy Instytut Robót Ręcznych, ul. Górczewska 8.

Szkoły Artystyczne

Państwowy Instytut Sztuki Teatralnej, ul. Okólnik 1; Miejska Szkoła Sztuk Zdobniczych i Malarstwa, ul. Myśliwiecka 8; Szkoła Sztuk Pięknych im. W. Gersona, ul. Pankiewicza 3; Szkoła Malarstwa, ul. Poznańska 23; Muzeum Rzemiosł i Sztuki Stosowanej, kursy rysunku i zdobnictwa, ul. Chmielna 52; Wyższa Szkoła Muzyczna im. Fr. Chopina, Sienkiewicza 8; Szkoła Muzyczna im. H. Wieniawskiego, ul. Żulińskiego 11; Szkoła Muzyczna im. Z. Noskowskiego, Raszyńska 52.

Publiczne Szkoły Dokształcające Zawodowe

obowiązkowa nauka dla terminatorów i uczniów (chłopców i dziewcząt), oraz młodocianych (w wieku od 15 do 18 lat), robotników i robotnic zatrudnionych w rzemiośle, przemyśle i handlu.

a) Dział Handlowy dla pracownic biurowych, sklepowych, drogerzystek: ul. Zagórna 9; Praga, Zamoyskiego; Kopernika 28; Leszno 109; Królewska 18.

b) Dział Krawiecko-Bieliźniarski dla pracujących w tym dziale i w innych pokrewnych zawodach: Leszno 109; Królewska 18; Bema 76; Praga, Szeroka 17; Okopowa 55-a; Grójecka 93; Górnośląska 31; Kazimierzowska 60.

c) Dział Gospodarstwa Domowego dla pracujących w dziale gospodarstwa rodzinnego, ul. Kazimierzowska 60.

d) Dział Fryzjerski dla fryzjerek i perukarek, ul. Kopernika 28.

e) Dział Rolniczy dla rolniczek, ogrodniczek i kwiaciarek, ul. Chłodna 11.

f) Dział Ogólny dla pracujących w niewymienionych wyżej działach i dla młodocianych robotnic: Ostroroga 11; Marymont, Marii Kazimiery 21; Praga, Białołęcka 35.

Dla uczęszczających do Szkół Zawodowych Baletowych: ul. Trębacka 10.

OKRĄG SZKOLNY WARSZAWSKI

Gimnazja i Szkoły Przemysłowe i Rękodzielnicze

Państw. Żeńskie Gimnazjum Bieliźniarskie, Łódź, ul. Narutowicza 77; Państwowe Żeńskie Gimnazjum Krawieckie, Łódź, ul. Wodna 40; Państwowa Szkoła Przemysł. (trykotarstwo), Łódź, ul. Wodna 40; Państw. Szkoła Przemysłowa Żeńska, Łódź, ul. Narutowicza 77; Żeńska Szkoła Zawodowa Bieliźn.-Krawiecka, Kutno, ul. Lelewela; Pryw. Żeńska Szkoła Zawodowa, krawiecka i bieliźniarska, Płock, ul. Kościuszki 6; Szkoła Rękodziel. Żeńska (Zgrom. Sióstr), Łódź, ul. Lokatorska 12.

Szkoły Handlowe

Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Kutno, ul. Lelewela 8, Miejskie Koedukacyjne Gimnazjum Kupieckie, Łowicz, ul. Piłsudskiego 26; Państw. Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Płock, ul. Misjonarska 21; Koeduk. Gimnazjum Kupieckie Zgrom. Kup., Kalisz, ul. Kościuszki 9; Państw. Gimnazjum Kupieckie, Łódź, ul. Kopernika 41; Państw. Żeńska Szkoła Przysposobienia Administr. Handl., Łódź, ul. Kopernika 41; Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Tomaszów Maz., ul. Św. Antoniego 57; Państw. Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Zgierz, ul. Łęczycka 5; Koeduk. Szkoła Handlowa P. M. S., Ciechanów, ul. Sierakowskiego 3; Słupca, ul. Piłsudskiego 14; Sochaczew; Radomsko, ul. Reymonta 36; Legionowo, ul. Kopernika 18; Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Mława, ul. Sienkiewicza 18; Stow. Kup. Pol., Skierniewice, ul. Lelewela 16; P. M. S. — Włocławek, ul. Cyganki 28 (państwowe); Pułtusk, ul. Piłsudskiego 3; Piotrków, ul. Hołówki 4; Koedukacyjna Szkoła dla Drogistów Stow. Wł. Skład. Aptecznych, Łódź, ul. Cegielniana 63; Koeduk. Szkoła Przysposobienia Kupieckiego I stopnia, Zgierz, ul. Łęczycka 5.

Szkoły Gospodarcze

Liceum Gospodarstwa Domowego, Łódź, ul. Wodna 40; Szkoły Przyspo-

sobienia w Gospodarstwie Rodzinnym I stopnia, Łódź, ul. Wodna 40; Płock, ul. Kościuszki 6; Szkoła Gospodarstwa Domowego, Lisków Kaliski; Kursy Gospodarstwa Domowego, Ignaców, poczta Mińsk Mazowiecki; Kalisz, ul. 3 Maja 13.

Szkoły Rolnicze i Ogrodnicze

Prywatne Żeńskie Liceum Gospodarcze, Łódź, ul. Wodna 40; Żeńskie Liceum Gospodarstwa Wiejskiego, Chyliczki, poczta Piaseczno; Państwowe Seminarium dla Nauczycielek Szkół Roln. w Sokołówku, poczta Ciechanów; Prywatna Szkoła Mleczarsko - Serowarska w Szafarni, poczta Golub; Żeńska Szkoła Ogrodnicza, Płock, ul. Kolegialna 21; *Szkoły Przysposobienia Gospodyń Wiejskich:* Gołotczyzna, pow. Ciechanów; Willa Góra, poczta Nowy Dwór; Ignaców, pow. Mińsk Mazow.; Trzepowo, poczta Płock; Dąbrowa Zduńska, poczta Zduny, pow. Łowicz; Rawa Mazowiecka; Marysin, poczta Lubraniec; Mirosławice, poczta Żychlin; Jeżewo, poczta Zgierz; Chróścin poczta Wieluń; Kościelec, poczta Koło; Witów, poczta Piotrków. *Żeńska Szkoła Ogrodniczo-Rolnicza:* Nowy - Przybyszew, pow. Grójec, poczta Goszczyn. *Pryw. Żeńska Szkoła Hodowli Drobiu* im. H. Paderewskiej, Julin, pow. Radzymin, poczta Łochów.

OKRĄG SZKOLNY BRZESKI

Żeńskie Szkoły i Gimnazja Przemysłowe i Rękodzielnicze

Państwowe Żeńskie Gimnazjum Krawieckie i Państwowa Szkoła Przemysłowa Żeńska (bursa), Białystok, ul. Sienkiewicza 57/59; 3-letnia Szkoła Zawodowa P. M. S., — Brześć n/B.; Pryw. Szkoła Krawiecko-Bieliźniarska im. Św. Teresy (bursa), Bielsk Podlaski; Prywatna Szkoła Krawiecko-Bieliźniarska Z.P. O.K. (bursa), Łomża, ul. Rybaki 3; Pryw. Szkoła Bieliźniarsko-Krawiecka S. S. Misjonarek w Białymstoku (bursa); Żeńskie Szkoły Krawiecko-Bieliźniarskie Polskiej Macierzy Szkolnej, Łuniniec, ul. Zalesie 80 (bursa); Pińsk, ul. Piłsudskiego 43 (bursa); Ostrołęka, ul. Kościuszki 24 (bursa).

Szkoły Handlowe

Państwowe Koeduk. Liceum Handlowe, Białystok; Pryw. Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Brześć n/B., ul. Listowskiego 57; Pryw. Koeduk. Gimnazjum Kupieckie P. M. S. (bursa), Łomża, ul. Nowy Zjazd 10; Pryw. Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Białystok, ul. Fabryczna 39-a; Pińsk, ul. Kościuszki 31 (bursa); Wysokie Mazowieckie; Szkoły Przysposobienia Kupieckiego I stopnia w Białymstoku i w Pińsku.

Szkoły Gospodarcze

Państwowa Szkoła Przysp. w Gospodarstwie Rodz. I stopnia w Białymstoku; Pryw. Szkoły Przysposobienia w Gospodar. Rodz. I stopnia w Łunińcu (bursa); I stopnia w Pińsku; I stopnia w Łomży.

Szkoły Rolnicze i Ogrodnicze (niższe)

Państwowe Szkoły Przysposobienia Gospodyń Wiejskich, Lubica, poczta Otoki; Planta, poczta Zaprudy.

Gimnazja i Szkoły Przemysłowe i Rękodzielnicze

Państw. Żeńskie Gimnazjum Krawieckie i Bieliźniarskie, Kraków, ul. Syrokomli 21; Częstochowa, ul. Dąbrowskiego 22; Radom, ul. Focha 2; Miejskie Gimnazjum Krawieckie — Mielec, ul. Kilińskiego 45; Prywatne Żeńskie Gimnazjum Krawieckie, Nowy Sącz, pl. Gen. Dąbrowskiego 1; Tarnów, ul. Kopernika 3-a; Kielce, ul. Szeroka 6; Kraków, ul. Grodzka 54; Suchedniów, ul. Kielecka 62; Państw. Szkoły Zawodowe Żeńskie, Kraków, ul. Syrokomli 21; Maków Podhalański, Rynek 59; Częstochowa, ul. Gen. Dąbrowskiego 22; Sosnowiec, ul. Karpacka 2; Kursy Zawodowe Żeńskie, Częstochowa, ul. Narutowicza 30; Roczny Kurs Trykotarstwa, Kraków, Syrokomli 21.

Szkoły Handlowe

Instytut Administracyjno - Gospodarczy i Koedukacyjne Liceum Administracyjne, Kraków, ul. Kapucyńska 2; Prywatne Koedukacyjne Liceum Handlowe, Kraków, ul. Kapucyńska 2; Częstochowa, ul. Najśw. Marii Panny 60 (S. S. Zmartwychwstanek); Państwowe Koedukacyjne Liceum Handlowe, Sosnowiec, ul. Orla 13; Tarnów, ul. Piłsudskiego 19; Państwowe Koedukacyjne Gimnazjum Kupieckie, Biała k. Bielska, ul. Św. Jana 13; Tarnów, ul. Piłsudskiego 19; Miejskie Koedukacyjne Gimnazjum Kupieckie, Dębica; Mielec; Żywiec, ul. Zielona Nr 2; Prywatne Gimnazjum Kupieckie, Jasło (obok stacji kolejowej) — koedukacyjne; Kraków, ul. Loretańska 16; Żeńskie, Kraków, ul. Św. Jana 22 — koedukacyjne; Nowy Sącz, ul. Pierackiego 34 — koedukacyjne; Zakopane, ul. Nowotarska, willa „Szarotka" — koedukacyjne; Częstochowa, ul. Handlowa 14 — koedukacyjne; Częstochowa, ul. Najśw. Marii Panny Nr 60 — Żeńskie — Sióstr Zmartwychwstanek; Dąbrowa Górnicza, ul. 3 Maja 4 — koedukacyjne; Kielce, ul. Kopernika 8 — koedukacyjne; Kozienice, Pałac — koedukacyjne; Skarżysko-Kamienna, ul. Konarskiego 5 — koedukacyjne; Sosnowiec, ul. Zygmunta 7 — żeńskie — im. Król. Jadwigi; Zawiercie, ul. Piłsudskiego 14 — koedukacyjne; Prywatna Żeńska 3-klasowa Szkoła Handlowa, Będzin, ul. Kołłątaja 33; Prywatna 4-klasowa Szkoła Handlowa, Radom, ul. Traugutta 61 (męska i żeńska); Sosnowiec, ul. 1-go Maja 25; Pryw. Koeduk. Szkoła Przysposobienia Admin.-Handl., Biała k/Bielska, ul. Św. Jana 13; Szkoła Ekonomiczno-Handlowa, Kraków, ul. Loretańska 16; Powiatowa Koed. Szkoła Przysposobienia Kupieckiego, Bochnia, ul. Bernardyńska 1 (I stopnia).

Szkoły Gospodarcze

Seminarium Gospodarstwa Domowego, Kraków, ul. Syrokomli 21; Zbylitowska Góra, poczta Tarnów; Prywatne Żeńskie Liceum Gospodarcze, Zakopane, Kuźnice; Państw. Szkoła Hotelarsko-Przemysłowa, Zakopane, ul. Piłsudskiego 1; Szkoła Hotelarska, Kraków, ul. Czarnowiejska 8; Szkoły Przysposobienia w Gospodarstwie Rodzinnym, Zakopane, Kuźnice (I i II stopnia); Stryszawa, poczta Lachowice (I stopnia) S. S. Zmartw Pańsk.; Staniątki, poczta Podłęże (I i II stopnia) S. S. Służebniczek; Nowy Sącz, Biały Klasztor (I i II stop.) S. S. Niepo-

kalanek; Maków Podhalański, Rynek 59 (Państwowa); Kraków, ul. Św. Marka 34 (I i II stopnia) miejskie; Częstochowa, ul. Dąbrowskiego 22 (I i II stopnia) państw.; Częstochowa, ul. Paulińska 12 (I stopnia) Stow. „Dzieła Serca"; Imbramowice, poczta Wolbrom, S. S. Norbertanek; Radom, ul. 1 Maja 19 (II stopnia) Pol. Katol. Tow. Opieki; Sandomierz, ul. Mickiewicza 5/7, Tow. „Samopomoc" (I stopnia) — Sosnowiec, ul. 3 Maja 20 (I stopnia) im. Gen. Zamoyskiej.

Szkoły Rolnicze i Ogrodnicze

Szkoły Przysposobienia Gospodyń Wiejskich, Koziegłowy, powiat Zawiercie; Mokoszyn, poczta Sandomierz; Łyszkowice, poczta Proszowice; Radzice, poczta Drzewica; Różnica, poczta Słupia, koło Włoszczowej; Bachowice, poczta Spytkowice koło Zatoru; Łodygowice, pow. żywiecki; Podegrodzie, koło Nowego Sącza, poczta Podegrodzie; Szynwałd, poczta Tarnów.

Zakłady Kształcenia Wychowawczyń

Państwowe Seminarium Ochroniarskie, Częstochowa, Jasnogórska 64; Mysłowice.

Szkoły Artystyczne

Szkoły Rysunkowe i Malarskie

Państw. Szkoła Sztuk Zdobniczych i Przem. Artyst., Kraków, ul. Mickiewicza 5; Szkoła Sztuk Pięknych M. Niedzielskiej w Krakowie; Szkoła Sztuk Pięknych A. Terleckiego — Kraków, ul. Smoleńska 20; Kursy Rzem. i Rzemiosł Artystycznych — Sosnowiec, ul. Kilińskiego 25.

OKRĄG SZKOLNY LUBELSKI

Żeńskie Gimnazja i Szkoły Przemysłowe i Rękodzielnicze

Państwowe Żeńskie Gimnazjum Krawieckie, Lublin, ul. Spokojna 10; Pryw. Szkoła Krawiecko-Bieliźniarska, Lublin, ul. Chmielna 1; Pryw. Szkoła Krawiecko-Bieliźniarska, Hrubieszów, ul. Piłsudskiego 1; Zamość, ul. Łukasińskiego 42; Szkoła Zawodowa Żeńska, Siedlce, ul. Kilińskiego 11.

Szkoły Handlowe

Prywatne Żeńskie Liceum Handlowe, Lublin, ul. 1 Maja 10, Państw. Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Lublin, ul. Spokojna 10; Państw. Koedukacyjne Gimnazjum Kupieckie, Chełm, ul. Lubelska 17; Pryw. Koedukacyjne Gimnazjum Kupieckie, Międzyrzec, ul. Żwirki i Wigury; Pryw. Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Siedlce, ul. Sienkiewicza 18; Zamość, ul. Łukasińskiego 42; Prywatna Koeduk. Szkoła Handlowa Zawodowa, Parczew, ul. Kościelna 78.

Szkoły Gospodarcze

Pryw. Roczna Szkoła Przysposobienia w Gospod. Rodzin., Lublin, ul. Chmielna 1 (I stopnia); Chełm, ul. Lubelska 17 (I stopnia).

Szkoły Artystyczne

Wolna Wszechnica Malarstwa i Rysunków, Lublin, ul. Szopena 1.

Szkoły Przemysłowo-Rękodzielnicze

Prywatne Żeńskie Gimnazja Krawieckie, Lwów, ul. Zielona 8; Prywatne Żeńskie Gimnazja Krawieckie, Lwów, ul. Długosza 17 (SS. Bazylianek z jęz. wykł. ruskim); Przemyśl, ul. Felicjanek 2 (Tow. Szk. Lud.); Rzeszów, ul. Hoffmanowej 3 (Tow. Szk. Lud.); Sambor, ul. Reja 15; Stanisławów, ul. Pierackiego 55; Tarnopol, ul. Kaczały 2 (T. Szk. Lud.); Szkoły Bieliźniarsko-Krawieckie, Lwów, ul. Zielona 8 (Państwowa); Borysław, ul. Legionów 45; Lwów, Rynek 39 (Spółdz. „Trud"); Przemyśl, ul. Felicjanek 2; Przemyśl, ul. Łukasińskiego 12 (T. S. L.); Sambor, ul. Reja 15; Kołomyja, ul. Mickiewicza 8 (Z.P.O.K.); Stanisławów, ul. Pierackiego 55; Państwowa Szkoła Zawodowa Żeńska. Wydziały: hafciarski i koronkarski, Lwów, ul. Zielona 8; Prywatne Szkoły Zawodowe Żeńskie, Borysław, ul. Legionów 45; Drohobycz, ul. Św. Jana 12 (Z.P.O.K.); Lwów, ul. L. Sapiehy 30 (SS. Opatrz. Bożej); Rawa Ruska, ul. Wł. Górki 45 (Tow. Szk. Lud.); Stryj, ul. Kochanowskiego 8 (Z. P. O. K.); Lwów, ul. Piekarska 9; Tarnów, ul. Św. Marcina 12/14.

Różne Kursy Zawodowe Żeńskie

Kurs Galanterii i Modniarstwa — Lwów, ul. Zielona 8; Kurs Tkactwa Lnianego, Komarno, woj. lwowskie; Kurs Kroju i Szycia, Lwów, ul. Gliniańska 4; Kurs Bieliźniarstwa — Lwów, ul. Akademicka 28; Kurs Kroju i Szycia, Lwów, ul. Staszica 8; Kurs Kroju, Szycia i Modelarstwa, Lwów, ul. Sakramentek 28; Kurs Kroju, Szycia i Gorseciarstwa — Lwów, ul. Zimorowicza 3; Kurs Krawiecko-Bieliźniarski — Horodenka, woj. stanisławowskie; Jednoroczna Szkoła Przysposobienia Kraw.-Biel. w Przemyślu.

Szkoły Handlowe

Licea

Prywatne Liceum Handlowe Koedukacyjne, Lwów, pl. Strzelecki 8; Przemyśl, ul. Kilińskiego 10.

Gimnazja

Państwowe Gimnazja Kupieckie, Lwów, ul. Dwernickiego 1; Przemyśl, ul. Dworskiego 25 (koedukacyjne); Stanisławów, ul. Pierackiego 55 (koedukacyjne); Koedukacyjne Prywatne Gimnazja Kupieckie; Borysław, ul. Wspólna 34; Drohobycz, ul. Fellnerówka 1; Jarosław, ul. 3 Maja 1; Lwów, ul. Franciszkańska 9, Lwów, ul. Kurkowa 14, jęz. wykł. ruski; Rozwadów, ul. Mickiewicza 125; Rzeszów, ul. Hoffmanowej 3 (Tow. Szk. Lud.); Sambor, ul. Sobieskiego 30 (Tow. Szk. Handl.); Sanok, ul. Kościuszki 27 (Zw. N. P.); Sokal, ul. Kościuszki 161; Kołomyja, Al. Wolności 30 (Tow. Szk. Handl.); Stryj, ul. Misińskiego 6 (Tow. Szk. Handl.); Brody, Wały Wolności 6; Tarnopol, ul. Kaczały 4 (Tow. Szkoły Lud.); Czortków, ul. Kolejowa 42 (Tow. Szkoły Lud.); Złoczew, ul. Tarnopolska 7 (Z. P. O. K.); Koedukacyjna Szkoła Handlowa; Stryj, ul. Trybunalska 21; Czortków, ul. Sowińskiego; Brzeżany (bursa); Jednoroczne Szkoły Przysposobienia Kupieckiego I stopnia, Lwów, pl. Strzelecki 8 (państwowa); Grodzisko Dolne, pow. Łańcut (Tow. Szk. Handl.); Jednor.

Szkoły Przysposobienia Kupieckiego II stopnia, Lwów, pl. Strzelecki 8 (państwowa); Lwów, ul. Franciszkańska 9 (Tow. Szk. Handl.); Stanisławów, ul. Pierackiego 55 (Tow. Szk. Handl.); Szkoła Przysposobienia Adm. Handlowego, Lwów, pl. Strzelecki 8 (państwowa).

Szkoły Gospodarcze

Seminarium Gospodarcze, Zbylitowska Góra, p. Tarnów; Pryw. Liceum Gospod. Wiejskiego SS. Niepokalanek (internat), Jazłowiec pod Buczaczem; Prywatna Szkoła Gospodarcza Żeńska, Lwów, Snopkowska 95-a; Szkoły Przysposob. w Gospodarstwie Rodzinnym I stopnia, Lwów, ul. L. Sapiehy 30, SS. Opatrz. Bożej; Przemyśl, ul. Felicjanek 2; Tow. Szk. Lud.; Stryj, Kochanowskiego 8; Stanisławów, ul. Pierackiego 55, Tow. Szk. Handl.; Szkoły Przysposob. w Gospod. Rodzinnym II stopnia, Lwów, ul. Zielona 8 (państwowa); Rzeszów, ul. Hoffmanowej 3 (T. S. L.); Tarnopol, ul. Kaczały 2 (T. S. L.); Kołomyja, ul. Wolności 30 (Z.P.O.K.); Kurs Gospodarstwa Domowego, Lwów, ul. Piekarska 9; Lwów, ul. Zielona 8; Lwów, ul. Staszica 8; Borysław, ul. Legionów; Kołomyja, ul. Mickiewicza 8; Tarnów, Św. Marcina 12/14.

Szkoły Agrotechniczne, Rolnicze i Ogrodnicze

Szkoła Gospodarcza Żeńska, Snopków pod Lwowem; Państwowa Szkoła Mleczarska, roczny kurs maślarsko-serowarski i półroczny kurs serowarski w Rzeszowie; Państw. Jednoroczny Kurs Praktyki Ogrodniczej, Zaleszczyki (koedukacyjny); Szkoły Przysposobienia Gospodyń Wiejskich; Albigowa, pow. Łańcut; Pohorce, koło Rudek, pow. Rudki; Korczyn, pow. Krosno, poczta Korczyn; Przemyśl, ul. Pelczara 16; Witków, poczta Witków Nowy; Olesko, poczta Złoczew.

Kursy higieny i kosmetyki

Kurs Kosmetyczny, Lwów, ul. Kochanowskiego 15; Kurs Kosmetyczny, Lwów, ul. Kopernika 42.

OKRĄG SZKOLNY WOŁYŃSKI

Szkoły Rękodzielniczo-Przemysłowe (żeńskie)

Państwowe Gimnazjum Krawieckie Żeńskie, Łuck, ul. Katedralna 8; Prywatne Szkoły Krawiecko-Bieliźniarskie, Kowel, ul. Mickiewicza 18 (Z.P.O.K.); Dubno, ul. Panieńska 43 (SS. Opatrzności Bożej); Ostróg n/Horyniem (Z.P.O.K.); Sarny (Zw. Pracy Obywat. Kobiet); Szkoła Zawodowa Żeńska Zw. Pracy Obyw. Kobiet, Równe, ul. Hallera.

Szkoły Handlowe

Prywatne Gimnazja Kupieckie (koedukacyjne), Łuck, ul. 24 Pułku Piechoty Nr 12 (P. M. S.); Równe,

ul. Piłsudskiego 13 (P. M. S.); Kowel, ul. Fabryczna Nr 12 (T. N. S. W. i Śr.); Dubno, Stow. Kupców Polskich.

Szkoły Gospodarcze

Pryw. Szkoła Przysposob. w Gospod. Rodzinnym w Łucku; Krótkoterminowe Kursy Gospodarstwa Domowego w Łucku, Kowlu, Sarnach i w Równem; Kursy Przędzalniczo-Tkackie w Kowlu.

Szkoły i Kursy Rolnicze

Państw. Szkoła Przysposobienia Gospodyń Wiejskich, Horyngród, pow. Równe.

OKRĄG SZKOLNY POZNAŃSKI

Gimnazja i Szkoły Rękodzielnicze

Państwowe Żeńskie Gimnazjum Krawieckie, Poznań, ul. Marszałka Focha 2; Leszno, ul. Karola Kurpińskiego 2; Prywatne Żeńskie Gimnazjum Krawieckie; Bydgoszcz, ul. Konarskiego; Miejska Szkoła Handlowo-Przemysłowa. Wydziały: krawiecki i bieliźniarski, Gniezno, ul. Chrobrego 23; Państw. Szkoła Przysposobienia Krawiecko-Bieliźniarsk., Poznań, ul. Marszalka Focha 2.

Szkoły Handlowe

a) stopnia licealnego

Liceum Handlowe Koedukacyjne, Poznań, ul. Fr. Ratajczaka 30; Bydgoszcz, ul. Królowej Jadwigi 2; Koedukacyjne Liceum Handlowe dla Dorosłych, Poznań, ul. Fr. Ratajczaka 30; Roczna Szkoła Przysposobienia Admin.-Handlowego, Poznań, ul. Fr. Ratajczaka 30; Poznań, ul. Skarbowa 11 (T. Preissa).

b) stopnia gimnazjalnego

Państwowe Żeńskie Gimnazjum Kupieckie, Poznań, ul. Fr. Ratajczaka 30; Miejskie Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Poznań, ul. Śniadeckich 54; Bydgoszcz, ul. Jagiellońska 11; Gniezno, ul. Chrobrego 23; Państwowe Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Leszno; Koeduk. Gimnazjum Kupieckie Tow. Kup. Chrześc., Ostrów, ul. Zdunowska 29; Miejska Szkoła Handlowa Koedukacyjna, Inowrocław, ul. Sienkiewicza; Miejska Szkoła Roczna Przysposobienia Kupieckiego, Poznań, ul. Śniadeckich 54; Bydgoszcz, ul. Jagiellońska 11.

Szkoły Gospodarcze

stopnia licealnego

Seminarium Naucz. Gospodar. Domow. S.S. Urszulanek, Lubocześnica pod Pniewami; Roczna Szkoła Przysposob. w Gospod. Rodzinnym II stop. w Lubocześnicy pod Pniewami; Roczne Szkoły Przysposobienia w Gospod. Rodzinnym, Poznań, ul. Marszałka Focha 2 (państwowa); Leszno (państwowa); Gniezno, ul. Chrobrego 23 (miejska); Ostrów, ul. Wrocławska 31 (miejska); Bydgoszcz, ul. Konarskiego 5; Czarnków, ul. Wroniecka 88; Chodzież, ul. Staszica 2; Poznań, ul. Marszalka Focha 147; Kórnik, pow. Śrem; Pleszew, ul. Św. Wojciecha 1; Poznań, ul. Św. Marcina 69; Miejska Dwuletnia Szkoła Przysposobienia Pomocnic Dietetycznych, Inowroclaw, ul. Sienkiewicza 15.

Szkoły Agrotechniczne, Rolnicze i Ogrodnicze

stopnia licealnego

Państwowa Szkoła Ogrodnicza (koeduk.), Poznań, ul. Dąbrowskiego 159; Szkoły Przysposobienia Gospodyń Wiejskich w Odolanowie, Witkowie i Tuchorzy.

Szkoły Pielęgniarstwa i Higieny

Szkoła Pielęgniarstwa Pol. Czerw. Krzyża, Poznań, ul. Grottgera 5; Szkoła Położnych (Starostwa Krajowego) w Poznaniu. Dział Sanatoryjno-Dietetyczny przy szkole Przemysłowej, Inowrocław, ul. Sienkiewicza 15.

Szkoły Artystyczne

Państw. Szkoła Sztuki Zdobniczej i Przem. Artyst. Wydziały: rzeźby, brązownictwa, architektury wnętrz, ceramiki, haftów, kilimiarstwa, malarstwa — Poznań, ul. Jezuicka 5; Instytut Sztuk Pięknych A. Hannytkiewicza, Poznań, ul. Dąbrowskiego 25; Państwowe Konserwatorium Muzyczne, Poznań, pl. Wolności 3.

OKRĄG SZKOLNY POMORSKI

Gimnazja i Szkoły Przemysłowo-Rękodzielnicze

Państwowe Żeńskie Gimnazjum Krawieckie, Toruń, ul. Strumykowa 4; Żeńskie Gimnazjum Krawieckie, Gdynia; Żeńska Szkoła Zawodowa, Grudziądz, ul. Curie-Skłodowskiej 19; Żeńska Szkoła Przysposob. Zawodowego, Gdynia, ul. Morska 77.

Szkoły Handlowe

Typu licealnego

Państw. Koeduk. Liceum Handlowe w Toruniu; Koedukacyjne Liceum Handlowe, Gdynia, ul. Morska 77.

Gimnazja kupieckie i szkoły handlowe

Państw. Gimnazjum Kupieckie (koedukacyjne), Chojnice, ul. Dworcowa; Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Gdynia, ul. Morska 77; Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Grudziądz, ul. Sobieskiego 10; Pryw. Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Toruń, ul. Sienkiewicza 38; Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Brodnica n/Drwęcą, Zamek Kr. Anny; Koeduk. Szkoła Handlowa, Gdańsk, ul. Langgarten 80-a; Koeduk. Szkoła Handlowa — Tczew, ul. Wodna 8; Jednoroczna Szkoła Przysposob. Kupieckiego (po szkole powszech.), Toruń, L. A. Bergera.

Szkoły Gospodarcze

Stopnia licealnego

Pryw. Liceum Gospodarcze, Gdynia, Morska 77.

Jednoroczne szkoły na podstawie szkoły powszechnej

Państw. Szkoła Przysposob. w Gospodarstwie Rodzinnym, Toruń, ul. Strumykowa 4; Pryw. Szkoła Przysposob. w Gospod. Rodzinnym, Chojnice, Błonie Zakonne 10; Gdynia, ul. Morska 77; Grudziądz, ul. Curie-

Skłodowskiej 19; Świecie, ul. Dworcowa 41; Chodzież, ul. Staszica 2.

Szkoły Agrotechniczne, Rolnicze i Ogrodnicze

Państw. Szkoła Przysposob. Gospodyń Wiejskich w Malinowie, p. Działdów.

Szkoły Artystyczne

Pomorska Szkoła Sztuk Pięknych, Gdynia, ul. Pomorska 18.

OKRĄG SZKOLNY WILEŃSKI

Żeńskie Gimnazja i Szkoły Przemysłowe i Rękodzielnicze

Państwowe Żeńskie Gimnazjum Krawieckie, Wilno, ul. Królewska 8; Państwowe Żeńskie Gimnazjum Krawieckie, Grodno, ul. Mostowa 9; Pryw. Żeńska Szkoła Przemysłowa, Nieśwież, ul. Benedyktyńska 20; Żeńska Szkoła Krawiecko-Bieliźniarska, Głębokie, ul. Krakowska 4; Szkoła Zawodowa Żeńska, Kr. Zw. Ziem., Iszczołna, poczta Skrzybowce; Żeńska Szkoła Zawodowa P.M.S., Nowa Wilejka, ul. Szkolna 10; Prywatna Żeńska Szkoła Zawodowa Z. P.O.K., Suwałki, ul. Kościuszki 87; Pryw. Żeńska Szkoła Zawodowa, Święciany, ul. Strunojska 2; Pryw. Żeńska Szkoła Zawodowa „Pomoc Pracy", Wilno, ul. Subocz 19; Szkoła Przysposobienia Krawiecko-Bieliźnianego, Wilno, ul. Stefańska 37; Pryw. Żeńska Szkoła Zawodowa, Wilno, ul. Biskupia 4; Pryw. Żeńska Szkoła Krawiecko-Bieliźn., Słonim, ul. Piłsudskiego 27.

Szkoły handlowe

Typu licealnego

Liceum Administracyjne i Liceum Handlowe (koeduk.), Wilno, ul. Mickiewicza 18; Liceum Handlowe Żeńskie S. Pietraszkiewiczówny, Wilno, ul. Żeligowskiego 1; Koeduk. Liceum Handl. P. M. S., Grodno, ul. Listowskiego 33.

Gimnazja kupieckie i szkoły handlowe

Państw. Żeńskie Gimnazjum Kupieckie, Wilno, ul. Wileńska 10; Państw. Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Grodno, ul. Witoldowa 28; Pryw. 4-letnia Koeduk. Gimnazjum Kupieckie P. M. S., Baranowicze, ul. Senatorska 121; Pryw. Żeńskie Gimnazjum Kupieckie ks. ks. Pijarów, Lida, ul. Suwalska 68; Pryw. 4-letnie Gimnazjum Kupieckie (koeduk.), Suwałki, ul. Kościuszki 40; Koeduk. Gimnazjum Kupieckie, Grodno, ul. Zamkowa 2; Smorgonie, Droga Przewieska 10; Prywatna Szkoła Przysposobienia Kupieckiego (koeduk.), Wilno, ul. Trocka 1—2; Grodno — P. M. S.

Szkoły Gospodarcze

Dwuletnia Szkoła Pracy Domowej, Nowa Wilejka, ul. Kościelna 1; Roczny Kurs Gospodarstwa Domowego, Wilno, ul. Wielka 30; Szkoły Przysposob. w Gospodarstwie Rodzinnym I stop., Wilno, ul. Pohulanka 18 m. 27; Wilno, ul. Jagiellońska 3; Wilno, Brzeg Antokolski 11/6; Grodno, ul. Witoldowa 28; Grodno, ul. Mostowa 9; Ilia, ul. Dolhinowska; Nowa Wilejka, ul. Kościelna 1; Troki k. Wilna, ul. Dominikańska 7; Nowogródek; Słonim; Holszany.

Szkoły Agrotechniczne, Rolnicze i Ogrodnicze

Państw. Koeduk. Szkoła Ogrodnicza, Wilno, ul. Sołtaniszki 50; Państwo Kurs Ogrodniczo - Przetwórczy (11-miesięczny), Grodno, ul. Mostowa 9.

Szkoły przysposobienia gospodyń wiejskich

Państwowe: Antowil, poczta Wilno I; Bereźno, poczta Mir, pow. Stołpce; Różanka, poczta Różanka Pacowska; Kuków, poczta Suwałki; Święciany, poczta Święciany.

Zakłady Kształcenia Wychowawczyń

Państw. Seminarium Ochroniarskie, Wilno, ul. Zakrętowa.

Szkoły Artystyczne

Konserwatorium Muzyczne, Wilno, ul. Wielka 8.

Różne Kursy

Żeńskie kursy kroju, szycia, haftu, gorseciarstwa, trykotarstwa, robót ręcznych

W Wilnie: ul. Królewska 5; Wileńska 34; Wielka 56; Św. Filipa 1; ul. Bernardyńska 8; ul. Subocz 19; ul. Żeligowskiego 10; Trocka 19; Stefańska 37; Wielka 30; ul. Biskupa Bandurskiego 4.

W Wołkowysku: ul. Pierackiego 46; w Słonimiu, Studencka 47, w Mołodecznie, Zamkowa 86, w Plissie, ul. Głębocka 29.

Pryw. Koeduk. Kursy Lniarskie dla brakarzy, Wilno, ul. Św. Jacka 2.

WOJEWÓDZTWO ŚLĄSKIE

Szkoły Przemysłowo-Rękodzielnicze

Szkoła Zawodowa Żeńska Macierzy Szkolnej, Bielsko, ul. Marsz. Piłsudskiego 15; Szkoła Zawodowa Żeńska i Gimnazjum Krawieckie, Katowice, ul. Krasińskiego 3; Szkoła Zawodowa SS. Urszulanek, Rybnik, Aleja 3 Maja 24 (bursa); Szkoła Zawodowa Żeńska, Tarnowskie Góry, ul. Zamkowa 3/5.

Szkoły handlowe

Miejskie Liceum Handlowe (2-letnie koeduk.) i Gimnazjum Kupieckie (koeduk.), Chorzów, ul. dr Urbanowicza 15; Państwowe Gimnazjum Kupieckie (koeduk.), Cieszyn, pl. Dominikański 1; Miejskie Gimnazjum Kupieckie (koeduk.), Katowice, ul. Krakowska 80; Żywiec, ul. Zielona 2; Gimnazjum Kupieckie Izby Przem. Handl. (koeduk.) Rybnik, ul. Piasta 24.

Szkoły gospodarcze

Liceum Gospodarstwa Domowego i Seminarium Naucz. Rzemiosł i Gospod. SS. Urszulanek, Rybnik, al. 3 Maja 24; Szkoła Zawodowa Żeńska, Macierzy Szkolnej, Bielsko, ul. Piłsudskiego 15; Kursy Gospodarstwa Domowego SS. Boromeuszek, Mikołów, ul. Klasztorna 21 (bursa); Szkoła Przysposob. w Gospodarstwie Rodzinnym,Katowice, ul. Francuska 12; Chorzów, ul. Dąbrowskiego 17; Bielsko, S. S. de Notre Dame, ul. Schodowa 4 (bursa); Cieszyn, Górny Rynek 6 (bursa); Strumień (bursa); Wisła-Głębce; Stryszawa p. Lachowice k/Żywca; Jedłownik, ul. Grażyńskiego 31.

Szkoły Agrotechniczne, Rolnicze i Ogrodnicze

Państw. Wyższa Szkoła Gospodarstwa Wiejskiego. Wydziały: instruktorsko - nauczycielski 1-roczny i rolniczy 3-letni (koeduk), Cieszyn, ul. Kraszewskiego 17, Ludowa Szkoła Rolnicza w Międzyświęciu, pow. cieszyński, męska i żeńska.

Prywatna Szkoła Przysposob. Gospodyń Wiejskich, Bucze Harcerskie obok Skoczowa.

Zakłady Kształcenia Wychowawczyń

Państw. Seminarium dla Wychowawczyń Przedszkoli, Mysłowice, plac Wolności 5.

Pryw. Seminarium dla Wychowawczyń Przedszkoli, S.S. de Notre Dame — Bielsko, ul. Schodowa 4 (bursa).

Szkoły Muzyczne

Śląskie Konserwatorium Muzyczne, w Katowicach, ul. Wojewódzka 45, Instytut Muzyczny w Katowicach, ul. Teatralna 7, Śląska Szkoła Muzyczna w Katowicach, ul. Szopena 16 i filia w Tarnowskich Górach. Niższa Szkoła Muzyczna w Katowicach, ul. Wojewódzka 45. Szkoła Muzyczna im. Paderewskiego w Cieszynie, ul. Niemiecka 1, Szkoła Muzyczna Karola Szafranka w Rybniku, w Pszczynie, w Nowej Wsi, w Chorzowie, ul. 3 Maja 14.

Absolwenci szkół i kursów zawodowych

Poziom nauki Kierunek wykształcenia	1927—1928	1933—1934	1934—1935	1935/36 Ogółem	1935/36 mężczyźni	1935/36 kobiety
Ogółem	10 331[a]	23 156	21 963	24 511	12 439	12 072
W szkołach: państwowych	3 159	5 405	5 404	6 355	3 586	2 769
samorządowych	998	1 540	1 437	1 664	571	1 093
prywatnych	6 174	16 211	15 122	16 492	8 282	8 210
Wydziały 2 i więcej letnie:						
poziom niższy	.	.	1 009	1 184	695	489
„ gimnazjalny	.	.	8 609	9 221	5 142	4 079
„ licealny	.	.	1 452	1 515	898	617
Wydziały roczne: I	.	.	1 236	2 096	506	1 590
II	.	.	616	531	145	386
Kursy	.	10 215	9 061	9 964	5 053	4 911
Rolnictwo	.	551	432	550	403	147
Przemysł i rzemiosło	5 136	10 673	10 110	11 275	5 657	5 618
Handel i administracja	4 619	6 662	6 446	7 449	3 352	4 097
Komunikacja	182	2 795	2 706	2 952	2 770	182
Miernictwo i melioracje	.	226	247	240	230	10
Gosp. domowe i usługi osob.	.	1 708	1 507	1 502	27	1 475
Służba zdrowia	.	541	515	543	—	543

Źródło: Mały Rocznik Statystyczny 1938.

Kobieta „w świecie"

Moda na rok 1939

(ZASADNICZE ZMIANY — ZIMA — KARNAWAŁ)

Moda już jest zupełnie ustalona. Nastąpiła głęboka, zasadnicza zmiana. Kobiety o linii „chłopczycy", z krótko obciętymi włosami, należą obecnie do przeszłości.

Zapanowała moda na kobiecość, na kobiecość stuprocentową. Niemodne są już zbyt szczupłe, płaskie figury. Robi się wszystko, żeby je trochę pogrubić. W tym celu poszerza się ramiona. Drapuje i przymarszcza z przodu staniki, żeby uwydatnić biust. Boki staniczków przylegają przy tym ściśle do figury, akcentując talię, która musi być cienka i wyraźnie zaznaczona.

Dlatego też coraz więcej jest drapowanych spódnic. Niektóre przymarszczane z samego przodu inne z tyłu. Jeszcze inne marszczone poniżej krótkiego karczka albo układane w gęste kontrafałdy, zastębnowane na połowie wysokości. Wszystko to wydatnie poszerza całą sylwetkę, tym bardziej, że spódniczki są bardzko krótkie.

Moda dzienna stoi w rażącej sprzeczności z wieczorową, kiedy to obowiązują suknie długie, dołem szerokie, wspaniałe.

Ale tę istotnie głęboką i poważną zmianę linii wywołała kardynalna zmiana uczesań. Nie ma już chłopięcych główek, wałeczków, krótko obciętych włosów, fryzur podwiniętych na wzór główek paziów.

Wszystkie włosy zaczesuje się z tyłu do góry. Sczesuje z przodu w loki lub ładne fale, w piękne rury a cały tył głowy pozostaje sfalowany albo zupełnie zaczesany na gładko. W ten sposób jest odsłonięty cały kark i uszy. I o ten odsłonięty kark właśnie najbardziej chodzi. Wszystko się robi, żeby go jak najbardziej uwydatnić i podkreślić.

W wysokie fryzury wpina się grzebienie, aksamitki, sterczące, kokardy ze wstążek, sztywne pióra i fale pięknych piór strusich. Kwiaty i biżuteria stanowią też ulubiony rodzaj przybrań.

Każdy z wielkich paryskich mistrzów fryzjerskich wysila się aby przyjętej już formie uczesań nadać jak najbardziej piękną artystyczną formę. Istotnie główki czesane przez Antoine'a, Guillaume'a, Antonio lub Rambaud wyglądają jak prześliczne rzeźby.

Te wysokie uczesania, bardzo kobiece, przypominają główki sław-



nych malarzy Watteau, Renoir'a lub epokę 1890 — 1900 r. Są one wyrazicielkami kobiecego wdzięku, kobiecej miękkości i słodyczy. W ślad za nimi „ukobieca" się cała moda nie tylko w zasadniczych kreacjach ale też i w drobiazgach.

A więc futra dochodzą w technice wyprawy do takiej doskonałości, że giętkością i grubością dorównują cienkim tkaninom. Stają się też podatne na wszelkiego rodzaju fantazyjne pomysły i fasony.

Z futer niedźwiedzi Alix robi się trzyćwierciowe żakieciki, o plecach mocno kloszujących. Molyneux, kosztowne breitschwance, cieniutkie i połyskliwe, jak mora pikuje się i watelinuje, jak materiał. Karakuły zdobi się rulonami z tego samego futra u tegoż mistrza. A śmiała firma Alix robi suknię - palta z ocelotów, wcięte, mocno kloszowe dołem. Wreszcie niektóre firmy paryskie przecinają żakiety fokowe wcięte i kloszujące szerokim pasem z materiału wełnianego. Wykonują z tychże futer powłóczyste komplety z baskinami, które wyglądają jak wieczorowe suknie.

Wielkim powodzeniem cieszą się wspaniałe nurki, z których robi się płaszcze z kapturami, płaszcze wieczorowe rozszyte lamą lub piękne capes. Oczywiście, że karakuły, łapki karakułowe i breitschwance, bagdady, popielice naturalne i farbowane to wszystko futra o wiele dostępniejsze a płaszcz futrzany z dobrego futra jest zawsze koniecznym w garderobie pani.

Modne są krótkie żakieciki z puszystych futer i pelerynki z różnych lisów: srebrnych, niebieskich i białych. Drobne nawet ścinki futrzane przydają się na przybrania zimowych kostiumów, palt i sukien.

Futro pięknie łączy się z materiałami wełnianymi. Modne są wełny w



supełki, wypukłe prążki, kosmate paski jednobarwne. Dalej miękkie i ciepłe angory w prześlicznych kolorach pastelowych. Doskonale układające się wełniane jersey'e, cienkie krepy gładkie i pokryte puszystym włoskiem. I wreszcie kraty pięknie w kilku kolorach, chociaż kontrastujących a jednak zharmonizowanych i różne materiały ciemne, pokryte barwnymi paskami w odrębnym zupełnie kolorze.

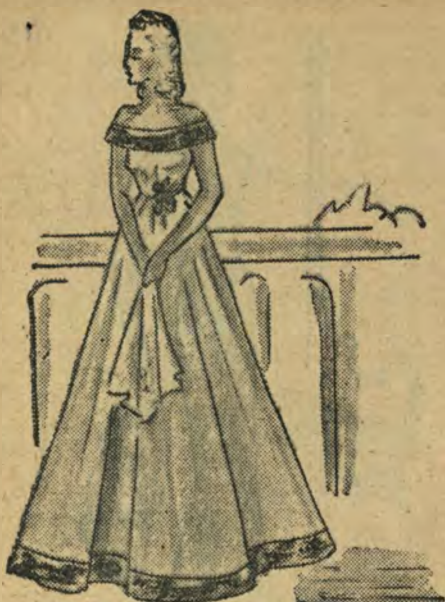
Jako przybrania do wełnianych sukien służą guziki, paski skórzane o ciekawych klamrach, aplikacje z materiału tego samego, najczęściej w formie liści. Maleńkie stojące lub wykładane kołnierzyki, kieszenie i angielskie rękawy wykańczają wełniane suknie bardzo proste i skromne. Wymagają one jednak doskonałej linii kroju, która cechuje wszystkie tegoroczne modele.





Ta sama linia i precyzja kroju musi być zachowana w opracowaniu jedwabiu. Tam drapowane staniki i rękawy niejednokrotnie krajane razem z karczkami wymagają istotnie dobrego kroju i pewnej ręki. Na tych sukniach, poza drapowaniem a czasem pięknie związaną szarfą, krzyżującą się dokoła talii, nie widać żadnych przybrań. Pani kładzie rzędy pereł, złote łańcuchy, piękną kolię, ozdobne klipsy coraz bardziej upodabniające się do kwiatów, liści i winnych gron. Na rękę wkłada bransoletkę, która jednocześnie służy za... torebkę.

Wisi na niej pięknie oprawna puderniczka, pomadka, lusterko notesik i woreczek z metalowej siatki na



chustkę do nosa, o ile nie trzyma pani dużej, przejrzystej w swej rączce. Ale musi ona kontrastować z kolorem toalety.

A toalety balowe są wspaniałe. Aksamit, mieniąca się surowym połyskiem mora, satin, złociste i srebrzyste lamy, koronki i piękne tiule haftowane szychem. Sam widok materiałów już jest rozkoszą. Fasony sukien przeważnie szerokie o talii obcisłej, spływające dołem kloszowo. Dużo sukien balowych zupełnie pod szyję i z długimi rękawami. Dekolty w wielu toaletach wycięte z przodu w karo, albo trzymające się jedynie na cienkich ramiączkach. Spódnice jeżeli nie całe szerokie. to poszerzone z samego tyłu bardzo sutym kloszem. Staniki drapowane i przymarszczane przeważnie w poprzek lub związane jak gdyby w fantazyjne węzły.

Wszystko to składa się na akord prześlicznego, czarującego wdzięku. Tylko nie wiadomo czemu na horyzoncie mają się zjawić buciki z kolorowych skórek, zapinane na guziki. I to właśnie, jako uzupełnienie toalet balowych! I pantofle z podeszwą, wypełnioną pod obcasem, jak w ortopedycznym buciku albo drapowane na pięcie w poprzeczne fałdy z materiału lub skóry. Zapewne poczucie estetyki i smaku zniweczy te ostatnie „krzyki mody", które na razie są tylko bardzo brzydkie.

W dziedzinie zimowych sportów istnieją próby wprowadzenia krótkich spódniczek i długich pończoch do nart. Jednak spodnie szare lub granatowe zwężone trochę w dole pozostają u steru. Nosi się do nich kurtki gładkie, w kratkę i białe. Różne pullovery z rękawami w innym kolorze, grube buty w dwóch kolorach skór i barwne hafty na ciemnych trykotach.



MODNY TANIEC

Najmodniejszy taniec sezonu, to Lambeth Walk. Tańczy się go pod rodzaj marsza, przy czym para kroczy pod rękę, kiwając głowami i całym korpusem. Pani trzyma prawą a pan lewą rękę do góry z podniesionym pierwszym palcem. Po przepisowej ilości pas para robi parę obrotów, trzymając się pod rękę, zawsze z palcem do góry. Po powrocie do pierwotnej pozycji para staje naprzeciwko siebie i uderza się mocno rękami po kolanach. Potem jednocześnie podnosi ręce do góry i woła głośno: hoo! hoo!

Wszystko to razem ma naśladować przechadzkę po przedmieściu Londynu, skąd taniec wziął nazwę. Tańczony przy doskonałej muzyce, na sali tłumnie zapełnionej jest bardzo wesoły i zabawny.

Chcę być piękna i zdrowa

„Obowiązkiem kobiety jest być piękną". John Ruskin.

UWAGI OGÓLNE

Najstarsze kroniki i wizerunki świata zaświadczają zgodnie, że kobiety zawsze i wszędzie ceniły urodę, dbały o nią i używały wielu sposobów, ażeby ją pielęgnować i utrzymać. Znane im były zwierciadła, maści i wonności. Wydawały na nie wiele pieniędzy i sprowadzały je z dalekich krajów.

Bieg wieków nie wpłynął bynajmniej na zmianę stanowiska kobiet w tym względzie. Tak samo pragną być piękne. Ale jednocześnie chcą być młode i zdrowe.

Dlatego też chętnie i z całą świadomością pielęgnują zdrowie i urodę, wychodząc ze słusznego założenia, że zły stan zdrowia działa destrukcyjnie na urodę, a tym samym niszczy młodość.

Kultura ciała i racjonalna pielęgnacja urody weszły w krąg codziennych zajęć każdej kobiety.

Pielęgnacja nowoczesna urody nie polega jedynie na mniej lub bardziej zręcznym maquillage'u, na pięknej fryzurze i wymanikurowanych rękach.

Nowoczesna pielęgnacja polega na kulturze całego ciała, na utrzymaniu go w ramach estetyki i nawet na systematycznym poprawianiu jego braków i usterek.

Dlatego też podstawą nowoczesnej pielęgnacji ciała stała się czystość, pojęta jak najszerzej.

Przestrzeganie osobistej czystości należy wszczepiać każdemu dziecku. Raz wszczepiona zasada stanie się nałogiem, którego nie zniszczy czas ani zmęczenie. Człowiek z wyrobionym poczuciem czystości nie wyrzeknie się jej w najtrudniejszych warunkach, nie zasłoni się zmęczeniem i nie usprawiedliwi przed sobą samym brakiem czasu.

Nie pomogą lekarstwa ani kunsztowny maquillage, jeżeli omijać

się będzie tę elementarną zasadę. Tylko szeroko kultywowana czystość podnosi estetyczny wygląd całego ciała, dodaje mu świeżości i elastyczności. Dowodzi jednocześnie dbałości o wygląd własny, co również nie pozostaje bez wpływu na najbliższe otoczenie.

CZYSTOŚĆ

Ale na czemżeż polega ta zalecana czystość? Co się na nią składa?

Przede wszystkim mycie, kąpiele, pielęgnacja jamy ustnej, włosów, rąk i nóg i całego ciała. To znaczy skóry.

Skóra to jest, jak gdyby pokrowiec, który szczelnie przykrywa nasze mięśnie i kości. Chroni organizm od wpływów zewnętrznych, ale jednocześnie spełnia ważne funkcje. Jest niezbędna do życia i np. człowiek, który utraciłby na skutek oparzenia $\frac{1}{3}$ część skóry z powierzchni ciała musiałby umrzeć.

Skóra poza ochroną wewnętrznych organów ma niesłychanie ważne funkcje wydzielnicze i chłonne, a przez to pomaga płucom i nerkom. W skórze znajdują się gruczołki, wydzielające łój i pot i maleńkie otwory — pory, przez które przedostają się z organizmu i do organizmu różne substancje. Np. sole, gazy itp. Poza tym skóra ma ważne znaczenie, jako regulator ciepła, posiadając urządzenia, które pozwalają jej na utrzymywanie pewnej stałej ilości ciepła w organizmie lub na pozbywanie się jego nadmiaru.

Skóra, pokrywająca ciało jest różnorodna. Gładka i owłosiona, sucha i wilgotna, napięta lub pofałdowana. Składa się poza tym z kilku warstw: naskórka, skóry właściwej i tkanki tłuszczowej.

Naskórek posiada warstwę zrogowaciałą, której właściwością jest ciągłe złuszczanie, niedostrzegalne dla oka. U normalnego człowieka odpada na dobę 6 — 14 g tego naskórka zrogowaciałego, na którym osiada kurz, brud i bakterie a z organizmu łój, pot i różne inne produkty przemiany materii.

Wszystkie te nieczystości odpadają razem z naskórkiem, a jest ich tak wiele, że na jednym centymetrze kwadratowym naskórka żyje 40 tysięcy bakteryj, a po jednej kąpieli znika ich 85—100 milionów!

Widzimy więc doskonale jak doniosłe znaczenie dla organizmu ma łuszczenie się naskórka i czym dla skóry są wszelkie zabiegi, ułatwiające to łuszczenie się, to znaczy mycie się i kąpiel.

MYCIE SIĘ

Zdrową, normalną skórę można myć zimną wodą i mydłem, pamiętając jednak o tym, że tylko dobrze ciepła woda ma zdolność rozpuszczania tłuszczów, znajdujących się na skórze, a tym samym oczyszczania porów i ułatwiania im pracy.

Skórę chorą t. zn. nadmiernie suchą, tłustą, ze zmianami chorobowymi w postaci trądzika, łojotoku, wągrów, rozszerzonych porów należy pielęgnować według wskazówek lekarza lub odpowiedzialnej kosme-

tyczki. Wszelkie samodzielne eksperymenty lub zbawienne rady przyjaciółek należy odrzucić, gdyż mogą przynieść więcej krzywdy, aniżeli korzyści.

Pielęgnowanie skóry twarzy jest rzeczą zupełnie indywidualną i z tym się należy liczyć, stosując nawet tak elementarne zabiegi, jak codzienne mycie.

Podstawowe mycie polega na codziennym oczyszczeniu całego ciała z brudu za pomocą wody, dobrego mydła, szczoteczki i rękawicy lub serwetki do mycia. Skórę starannie namydloną należy zmywać dokładnie, a potem spłukać czystą wodą lub co najmniej wytrzeć umaczaną w czystej wodzie rękawicą. Dokładne i staranne osuszenie ciała ma bardzo duże znaczenie. Chodzi nie tylko o ochronienie skóry od opierzchnięć, co zwłaszcza zimą ma duże znaczenie, ale jednocześnie o wymasowanie skóry i spowodowanie szybszego krwiobiegu.

Mycie najwłaściwiej jest stosować na noc przed snem, ażeby ta ważna praca organizmu odbyć się mogła w warunkach najhigieniczniejszych. Wówczas rano pozostaje już tylko odświeżenie całej skóry po sennym wypoczynku, przepłukanie jamy ustnej, gardła i oczu. Należy pamiętać o zabiegach toaletowych organów płciowych, gdyż ma to doniosłe znaczenie zdrowotne, jest niezbędne ze względów higienicznych i ma duży wpływ na cerę.

KĄPIELE

Ze wszech miar pożądana jest codzienna kąpiel, której nie należy uważać za luksus, a jedynie za znakomity współczynnik w utrzymaniu skóry w idealnej czystości.

Poza tym kąpiel może mieć znaczenie hartujące, uspakajające lub lecznicze. Kąpiele dzielimy na:

zimne	—	10°—20°C
chłodne	—	20°—28°C
letnie	—	28°—34°C
ciepłe	—	34°—40°C
gorące	—	40°—44°C

Normalna kąpiel oczyszczająca powinna być ciepła. Woda rozpuszcza sole, wydzielane z potem, usuwa drobnoustroje itp., a przy tym działa uspakajająco. Obniża ciśnienie krwi, koi bóle, wpływa znakomicie na sen. Czas trwania kąpieli nie powinien przekraczać 30 min.

Przyjemnie jest zmiękczyć wodę do kąpieli, dodając 50 g ałunu na wannę, lub napar z ziół, jak rumianek, kwiat lipowy itp. Do kąpieli, które mają podziałać na układ nerwowy dobrze jest dodać spreparowane wyciągi z igliwia.

Kąpiele gorące lecznicze można brać jedynie na skutek zlecenia lekarza, gdyż wymagają bardzo mocnego serca. To samo odnosi się do kąpieli zimnych rzecznych lub mor-

skich, których niska temperatura drażni nerki.

Dla osób, które się czują bardzo znużone, dobrze jest wsypać do kąpieli ciepłej (codziennej) garść soli kuchennej albo aromatycznej.

Bardzo przyjemny jest następujący odwar z ziół:

20 dk tymianu
30 dk rozmarynu
25 dk lawendy
20 dk macierzanki
10 sztuk goździków i
5 sztuk potłuczonej gałki muszkatołowej.

Wszystko to zagotować w 4 litrach wodv i wlać do wanny przez gęsty muślin.

Osoby z wadami skóry muszą stosować specjalne kąpiele rozmiękczające lub ziołowe. Np. „gęsia skórka", brzydka wada skóry, da się leczyć następującą kąpielą, stosowaną raz na tydzień przez dłuższy czas:

500 g otręb żytnich
50 g tartego siemienia lnianego
50 g rumianku.

Wszystko wsypać w rzadki woreczek i gotować 30 min. Wlać do kąpieli, woreczek wycisnąć i usunąć z wanny, dodać jeszcze 10 g kwasu bornego mielonego. Po 5 minutach przebywania w kąpieli namydlić skórę ostrą rękawicą i mocno nacierać skórę. Po 5 minutach powtórzyć ten sam zabieg.

JAMA USTNA I GARDŁO

Zbawienny wpływ kąpieli oczyszczającej odczuwa się każdorazowo. Tak samo, jak uczucia świeżości i odczyszczenia doznaje się po starannym przepłukaniu jamy ustnej i gardła. Ten zabieg toaletowo-higieniczny należy stosować bezwarunkowo dwa razy dziennie: rano i wieczorem. Temperaturę wody regulować w zależności od przyzwyczajenia albo zalecenia dentysty.

Nieodzownym warunkiem tych zabiegów jest własna szklanka lub kubek, dobrze dobrana szczoteczka (miękka, średnia, ostra, co kto lubi), proszek, mydło lub pasta. Niezbędny jest środek dezynfekcyjny, dolewany do wody, który działa profilaktycznie. Stałe używanie jakiegoś eliksiru uodpornia często przeciwko zapadaniu na ból gardła. Wszelkie środki i przybory do płukania jamy ustnej i gardła trzymać w nienagannej czystości.

OCZY

Do zabiegów niezbędnych, bardzo znanych za granicą a zaniedbywanych u nas należy — płukanie oczu, czyli kąpiel oczna. Składa się ona ze specjalnego płynu, zaleconego przez lekarza, lub z 3% roztworu kwasu bornego. Do kąpieli niezbędna jest wanienka oczna, dopasowana do wielkości oka. Kąpiel robi się w następujący sposób:

Do idealnie czystej wanienki wlewa się roztwór, przyciska się wanienkę ściśle do powiek, przechyla głowę w tył, trzymając oko otwarte i poruszając gałkę oczną w różne strony. Następnie płyn należy wylać, wanienkę wymyć, wysuszyć, nalać świeżego płynu i w ten sam sposób kąpać drugie oko.

Nigdy nie można płukać obydwóch oczu w jednym płynie pod grozą zanieczyszczenia drugiego oka

jakimiś drobnoustrojami. Te kąpiele oczne mają duże znaczenie latem, w miastach i wszędzie tam, gdzie oczy są narażone na zetknięcie z pyłem i z ostrym światłem.

Poza stosowaniem kąpieli ocznych wskazane jest noszenie kolorowych okularów lub specjalnych daszków podczas operacji słonecznej. Nadmierny blask nie tylko wpływa ujemnie na wzrok, ale mrużenie oczu powoduje drobną sieć zmarszczek, z którymi następnie trzeba walczyć.

WŁOSY

Staranną pielęgnację i chwilę zabiegów poświęcać należy włosom. Czesać i szczotkować długo, rozdzielając włosy na pasma. Włosy suche, matowe, nieelastyczne wymagają następującej kąpieli: ½ szklanki oleju rycynowego i ½ szklanki oliwy zmieszać razem i rozgrzać. Tamponem waty namaścić skórę głowy i włosy, a głowę owinąć ceratką i flanelką. Po 5—12 godzinach zmyć włosy rozgotowanym mydłem marsylskim i spłukać.

Natomiast włosy tłuste i łupież można leczyć słońcem. W tym celu włosy dzieli się na pasma, które się skręca, żeby odsłonić skórę głowy, którą wystawia się jedną stroną do słońca. Następnie to samo powtarza się z drugą stroną i z tyłem głowy. Po kilku dniach takich nasłonecznian zmyć głowę rozgotowanym mydłem marsylskim i spłukać wywarem korzenia łopianu i pokrzywy. Po wyschnięciu włosy szczotkować i zabieg powtarzać aż do wyginięcia łupieżu. Nasłoneczniać krótko, przez kilka minut.

Włosów normalnych nie należy wystawiać na zbyt długie działanie promieni słonecznych, gdyż tracą kolor, wysuszają się i siwieją.

Natomiast kąpiel powietrzna, polegająca na chodzeniu z odkrytą głową, z rozsypanymi luźno włosami jest bardzo wskazana, gdyż skóra głowy oddycha wtedy normalnie. W ten sposób włosy przez lato odpoczywają i pięknieją.

Bardzo wskazany (poza szczotkowaniem włosów) jest masaż głowy. W tym celu rozpuszczamy włosy i, wsuwając pomiędzy nie palce obu rąk, przyciskamy silnie i masujemy skórę przesuwając ją na głowie z góry na dół. Masaż należy robić szybko ½ minuty. Potem włosy roztrzepać, podzielić i szczotkować.

Latem myć włosy co 10 dni. Zimą co trzy tygodnie, rozgotowanym mydłem marsylskim, panamą, ziołami itp.

RĘCE

Do niezbędnych zabiegów kosmetycznych należy pielęgnowanie rąk, które wystawione są na działanie słońca, stykają się z niezliczoną ilo-

ścią przedmiotów i prędko niszczą się i starzeją.

Ale nawet brzydkie ręce wyglądają przyjemnie, jeżeli się je starannie pielęgnuje. Nade wszystko muszą być bardzo czyste, o paznokciach nienagannie utrzymanych. Wskazany jest bardzo masaż.

W tym celu moczy się ręce w ciepłej wodzie z mydłem, lekko osusza, nakłada krem odżywczy i rozpoczyna masaż. Wykonuje się go od nasady palców ku kiści, rozcierając każdy staw wewnątrz i zewnątrz. A palce masuje się od czubka do nasady, rozcierając każdy staw. Następnie gimnastykuje się dłoń ruchem kolistym i wykonuje ruchy palców, jakby uderzając o klawisze.

Po skończonym masażu wciera się grubą warstwę kremu odżywczego i nakłada luźne, niciane rękawiczki. Ten zabieg można wykonać na noc lub na dzień.

Bardzo dobry do pielęgnacji rąk (lub nóg) jest następujący krem:

20 g smalcu niesolonego
20 g lanoliny bezwodnej
5 g ol. migdałowego
20 g wody pomarańczowej
5 kropli ol. neroli (zapach).

Smalec, lanolinę i olejek rozcierać w moździerzu porcelanowym, dodając po kropli wodę pomarańczową. Na samym końcu, kiedy krem jest utarty dodaje się zapachu.

Równorzędnie z pielęgnowaniem rąk należy pielęgnować paznokcie. Obchodzić się z nimi trzeba delikatnie, żeby ich nie połamać, nie porysować i nie spowodować białych plam.

Bardzo ostrożnie i delikatnie należy obcinać wał skóry dokoła paznokci. Wiele kobiet nie wycina go wcale, ale co dzień macza pałeczkę drewnianą w lanolinie, odsuwając skórkę. Tłuszcz należy pozostawić jakiś czas, potem umyć ręce i wytrzeć paznokcie plasterkiem cytryny.

Lakierowanie paznokci jest bardzo szkodliwe, chociaż modne. Jeżeli już ktoś chce koniecznie hołdować tej modzie, to musi pilnie baczyć, aby t. zw. półksiężyc pozostał wolny od lakieru.

Od czasu do czasu należy przestać lakierować paznokcie, nacierać je codzień lanoliną uwodnioną i polewać skórką irchową, a to w celu umożliwienia im normalnego rozwoju.

Paznokcie piłuje się cienkim i giętkim pilnikiem.

NOGI

Pielęgnowanie stóp ma na celu nie tylko ochronę nóg przed schorzeniami, jak odciski, bąble, skrzywienia itp., ale również utrzymanie ich na poziomie estetycznym. Ma to zwłaszcza duże znaczenie wobec mody noszenia sandałków na bosą stopę.

Paznokcie nóg tak samo się piłuje, obcina, lakieruje, usuwa skórki. Ale nade wszystko należy dbać o to, ażeby nie dopuścić do powstania odcisków, które nie tylko są bardzo bolesne, ale i ogromnie nieestetyczne.

Usuwa się odciski za pomocą wycinania, dokonanego przez pedicurzystów. Stosuje się odpowiednie środki, gdy się tylko ukażą. W razie silnego obrzęku doskonałe są na noc kompresy z wody Burowa pod ceratką. Na dzień kompres się zdejmuje, nacierając odcisk wazeliną lub lanoliną.

Najradykalniej jednak zapobiega tworzeniu się odcisków wygodne i obszerne obuwie.

Dobrze jest wzmacniać skórę stóp wódką z solą. Doskonały jest również masaż oliwą. Zaczyna się go od palców ku pięcie. Masuje się dokładnie każdy palec i gimnastykuje.

Te masaże i hartowanie mają zwłaszcza duże znaczenie przed zimą u osób skłonnych do odmrożeń, Jako środek zapobiegawczy stosować również kąpiele przemienne, polegające na szybkiej zmianie wody bardzo gorącej na zimną

Przeciw dokuczliwemu poceniu się nóg zaleca się często zmianę pończoch, chłodne kąpiele z dodatkiem cali hypermanganicum lub przesypywanie specjalnymi proszkami odkażającymi i chłodzącymi.

HIGIENA SNU

Pielęgnacja urody i kultura ciała byłyby niezupełne, gdyby wśród zabiegów nie znalazło się miejsce na higienę snu. Sen jest potrzebą organizmu i naturalnym środkiem wypoczynku. Dlatego też musi się odbywać w odpowiednich warunkach i po uprzednim przygotowaniu. Podstawą są zabiegi higieniczne, mające na celu oczyszczenie skóry z całodziennego brudu. Należy więc co najmniej umyć twarz i szyję, ręce, nogi i organa płciowe, nie zapominając o jamie ustnej. Świetnie działa przed snem kąpiel ciepła, oczyszczająca w temperaturze 27° — 30°C, trwająca nie dłużej ponad 15 m.

Do mycia i kąpieli używać mydła neutralnego dla skór normalnych. Dla suchych zaś przetłuszczonego. Najważniejsze jest należyte oczyszczenie twarzy, która na dzień bywa pokryta kremem, różem i pudrem. Staranne umycie umożliwi skórze normalne oddychanie. Zdrową, normalną cerę można myć do-


LE NARCISSE BLEU

brym mydłem przetłuszczonym. Cerę delikatną — otrąbkami migdałowymi lub pszennymi.

Po umyciu twarzy należy ją natrzepać kremem, biorąc go na końce palców i opłukując starannie całą twarz zwłaszcza koło oczu, gdzie najprędzej tworzą się zmarszczki. Po kilkunastu minutach krem lekko zetrzeć watą, gdyż nadmiar tłuszczu powoduje powstawanie wągrów.

Przeciętna ilość godzin snu wynosi 7—8 godz. a najzdrowszy sen jest przed północą. Spać należy w pokoju przewietrzanym, w temperaturze nie wyższej niż 15 — 17°C. Ideałem jest sypianie zimą i latem przy otwartych oknach.

Łóżko lub tapczan musi stać zdala od ściany, gdyż w kątach gromadzi się kurz i zepsute powietrze. Posłanie musi być świeże i czyste a łóżko wygodne z materacem, dobranym indywidualnie i z poduszką, dopasowaną według upodobania. Ze względu na obieg krwi głowa powinna spoczywać nisko a poza tym taka pozycja przeciwdziała tworzeniu się podbródka.

Sypiać należy na prawym boku, gdyż to ułatwia przechodzenie miazgi pokarmowej z żołądka do kiszek. Sypianie na lewym boku utrudnia pracę serca.

Bardzo wskazane jest odbycie krótkiego spaceru przed snem.

Racjonalna kosmetyka

Nowoczesna kosmetyka jest sztuką, która musi iść w parze z nauką, z artyzmem i ze zdobyczami przemysłu kosmetycznego. Za pomocą umiejętnej pielęgnacji można twarz przeobrazić zupełnie. Ale trzeba to stosować systematycznie, z uwzględnieniem indywidualnych właściwości cery i urody.

Te indywidualne właściwości każdej cery wymagają dostosowania odpowiednich kosmetyków. Czego innego bowiem wymaga cera normalna, czego innego sucha a zupełnie odrębnych rzeczy cera tłusta. Te różnice potęgują się jeszcze pod wpływem pór roku, podczas których skóra się zmienia i np. latem nabiera odrębnych właściwości.

Poza tym zabiegi kosmetyczne inne są na dzień a zupełnie inne na wieczór. I nie wystarcza doskonała znajomość własnego typu do podniesienia walorów swojej urody. Trzeba koniecznie mieć fachowe wskazówki od wykwalifikowanej kosmetyczki, która wskaże jakiego rodzaju kosmetyków należy używać do danej cery. Zabiegi kosmetyczne osobiste muszą się dostosować do tych wskazań, z wyjątkiem wypadków, kiedy okazałyby się nieskuteczne.

Karnawał.

Okres karnawału stawia wszystkie bawiące się panie wobec problematu: co robić aby pięknie wyglądać na balu?

Wobec tego, że nie każda z pań może się udać do dobrego gabinetu kosmetycznego należy zapamiętać, że przed balem trzeba rozebrać się, wykąpać lub umyć starannie, poleżeć i odpocząć w ciemności 15—30 min., nałożywszy na powieki kompresiki z roztworu kwasu bornego. Po wstaniu zmyć twarz tonikiem i nałożyć odpowiednią maseczkę kosmetyczną.

Następnie dobiera się róż, pomadkę, szminki i puder tak, żeby harmonizowały z odcieniem sukni lub jakimś jej przybraniem. Nie należy jednak zapominać, że nawet wieczorem na sali balowej zbyt przesadny maquillage jest wyrazem złego gustu. Pudruje się obficie twarz, szyję, dekolt i plecy, usuwając nadmiar miękką szczoteczką. Specjalną uwagę trzeba zwrócić na zarys ust, gdyż za pomocą pomadki można je zmniejszyć lub powiększyć, zależnie od gustu i urody. Po powrocie z balu należy, pomimo zmęczenia bardzo starannie zmyć szminki cleansingiem, następnie wodą z mydłem i zjędrnić twarz tonikiem. Te zabiegi asekurują cerę od śladów znużenia i zapobiegają jej zniszczeniu.

Wiosna.

Już wczesne wiosenne słońce ukazuje różne defekty skóry: piegi, zgrubienia, rozszerzone pory i plamy. Wszystko to oznacza, że organizm wymaga wiosennej przemiany. Należy więc za radą lekarza zdecydować się na wiosenną dietetyczną kurację. Spokojny tryb życia, dni lecznicowe i jarzynowo - owocowa kuracja lub mleczna wpłyną doskonale na regenerację organizmu.

Specjalnymi też metodami odmładza się skórę twarzy. Za granicą stosuje się „pealing" czyli odmładzającą kurację, która trwa 7—15 dni.

W naszych warunkach poza wiosenną dietą, należy robić długie spacery, prowadzić higieniczny tryb życia, kąpać się często, nacierać wodą z solą i ostrą rękawicą. A jednocześnie oczyszczać i odżywiać twarz, zwracając szczególniej uwagę na skórę dokoła oczu, którą trzeba często i delikatnie natłuszczać, tak samo, jak przed wyjściem na słońce, wiatr lub do fryzjera.

Lato.

Przede wszystkim każdy organizm wymaga latem gruntownego odpoczynku lub kuracji w miejscowości uzgodnionej z lekarzem. Wiele bowiem defektów cery powstaje na tle złej przemiany materii i wtedy pomóc może tylko odpoczynek, powietrze i słońce. Ale słońce, ten sprzymierzeniec naszego zdrowia, jest bardzo niebezpieczne dla cery, o ile nie stosujemy środków ochronnych.

Doskonałe jest przygotowanie skóry wrażliwej i ulegającej oparzeniom w sposób następujący: rano i wieczór nacierać ciało spirytusem, potem wcierać trochę olejku lub oliwy. Wychodząc na słońce pierwszy raz, trzeba skórę pokryć grubą warstwą olejku ochronnego. Przebywać nie dłużej jak 5 — 10 minut. Po kilku dniach przedłużać kąpiel słoneczną do 30 minut. Ochraniać przy tym oczy okularami a włosy kapeluszem, chusteczką lub parasolką.

Skórę twarzy pielęgnować stosownie do miejscowości, w której przebywamy. Bo inny jest klimat



górski, morski a inny w miejscowości kuracyjnej. Dlatego wskazana jest narada z kosmetyczką, która może zalecić maseczki owocowe, mleczne, serwatkę, miód i szereg środków domowych.

Jesień.

Po powrocie z wakacji, kiedy każda z pań utyła i zniszczyła cerę, trzeba zabrać się do jej naprawiania. Natłuszczanie i odżywianie twarzy, maski, masaże, kataplazmy, maści i kremy doprowadzą twarz wkrótce do normalnego wyglądu. Jest to również okres, kiedy można się pozbyć piegów i wszelkich plam barwikowych.

Zima.

Przed zimą należy hartować skórę, nacierając ją wodą z solą i spirytusem 2 razy dziennie. Twarz czyścić mleczkami - emulsjami lub cleansingami. Używać pod puder kremów ochronnych i kremów pod puder, które zabezpieczają skórę od mrozu i wiatru.

Kobieta „w domu"

a) Pani Domu

KALENDARZYK PRAKTYCZNEJ PANI

STYCZEŃ

Mamy już za sobą kilka miesięcy jesieni, oraz święta Bożego Narodzenia, które zwykle podrywają mocno nasze zapasy spiżarniane, w styczniu zaś nie mamy żadnych specjalnie sezonowych zajęć, dobrze by więc było przejrzeć posiadane zapasy tak w piwnicy jak w spiżarni.

W dni ciepłe można nawet piwnicę przewietrzać. Zbadajmy ile wyszło węgla, czy kalkulacja wytrzyma.

Jeżeli w spiżarni są braki, mamy teraz tanie pomarańcze, możemy robić marmolady i dżemy. O ile pomarańcze nam nie odpowiadają, zrobimy galaretkę z żurawin. Dom nasz musi być zawsze starannie zaopatrzony.

LUTY

Miesiąc luty nadaje się bodaj najlepiej do zrewidowania bieliźniarki. Z końcem karnawału zaczynają się w sklepach bławatnych tzw. „białe tygodnie", umożliwiające praktyczne uzupełnienie braków. Co się da wyreperujemy. Jeżeli nie mamy zapasowych mankietów do koszul męskich, zrobimy je z rękawów, które wstawimy z białego materiału. Jeżeli pan nie lubi tej kombinacji, bo go krępuje np. przy grze w bilard, zróbmy mankiety z dołu koszuli, a przydłużymy ją białym perkalem.

Z końcem karnawału mamy często balowe i wieczorowe sukienki, które się nie będą nadawały do dalszego tego rodzaju użytku. Trzeba je koniecznie przerobić, donaszanie bowiem całych sukienek w lecie nie jest stosowne ani ładne. W zależności od materiału i stanu zniszczenia, możemy je przerobić na bluzki, liseuski, haleczki, koszulki itp.

Należy też pomyśleć o marynowaniu śledzi na okres postu.

MARZEC

W piwnicy otworzyć okna, jeżeli zachodzi obawa mrozu, dopiero od połowy miesiąca.

W drugiej połowie miesiąca rozpocząć przygotowania wielkanocne, ponieważ ze względu na zbliżającą się wiosnę, w kwietniu czeka nas już sporo zajęć.

Zapeklować pod koniec miesiąca mięsiwa.

KWIECIEŃ

Gruntowne porządki w mieszkaniu. Zakupy świąteczne. Pieczenie ciast.

Pod koniec miesiąca przegląd rzeczy wiosennych, przeróbki, kosztorysy.

MAJ

Schować rzeczy zimowe i zabezpieczyć od moli, po starannym oczyszczeniu i wyreperowaniu. Jeżeli zachodzi potrzeba odnowić mieszkanie. Pomyśleć o letnisku. Przegląd kufrów, walizek. Robić zapasy masła.

CZERWIEC

Pranie kołder i pierza. Rozpoczęcie robienia konserw, konfitur itp., którego już od tej chwili nie przerywamy aż do późnej jesieni.

Garderobę letnią uzupełnić i przerobić. Wyprzątnąć śpiżarnię i piwnicę.

LIPIEC I SIERPIEŃ

Robić zapasy sezonowe. Konserwować jaja.

WRZESIEŃ

Po okresie rozpoczynającym rok szkolny należy póki ciepło odnowić mieszkanie, o ile nie zrobiliśmy tego wiosną. Pomyśleć o węglu, wylepić piece, opatrzyć okna.

PAŹDZIERNIK

Przejrzeć i dokompletować rzeczy zimowe, a schować letnie po oczyszczeniu i upraniu.

LISTOPAD

Zaopatrzyć piwnicę w ziemniaki i warzywa.

GRUDZIEŃ

Przyrządzać wędliny. Uplanować sposób spędzenia świąt Bożego Narodzenia. Stroje narciarskie zrobić albo uzupełnić.

Pod koniec grudnia zaprojektować budżet na przyszły rok.

RACJONALNE ŻYWIENIE
DIETETYKA I CHEMIA KUCHENNA

Pojęcie diety bywa częstokroć stosowane wyłącznie do racjonalnego żywienia chorych, tymczasem, jest to pojęcie znacznie szersze. Dietetyka jest nauką o odżywianiu w ogóle, stanowiąc doniosły dział higieny.

Celem odżywiania jest rozwój tkanek i zachowanie ich w należytym stanie. Ustrój ludzki stale traci względnie zużywa pewne składniki, które muszą być natychmiast zastąpione. Niektóre składniki organizm magazynuje, innych nie zatrzymuje, zużytkowując jedynie tyle tylko, ile mu potrzeba, resztę wydalając. Poza tym w ustroju naszym zachodzi cały szereg procesów chemicznych, przetwarzających dostarczone pożywienie. Organizm pracujący prawidłowo, dostarczający dla trawienia potrzebnej ilości soków, jest w możności lepiej się odżywić, niż wówczas, gdy upośledzone wydzielanie czy to żółci, czy nadmiar lub brak kwasów, procesy chemiczne utrudniają lub gdy zachodzą one nieprawidłowo.

Dietetyka zatem, czyli wiedza o racjonalnym odżywianiu, musi się całkowicie niemal opierać na chemii. Dietetyka rozpatruje bowiem i substancje pokarmowe, zawarte w gotowych pokarmach, zajmuje się ich oceną przy pomocy innych nauk, wykrywa zafałszowania, określa działanie bakterii. Mało tego, musi się liczyć z płcią, wiekiem, rodzajem pracy, typem fizycznym danej jednostki, nawet klimatem.

Ponieważ niepodobna aby każda Pani Domu mogła do głębi przestudiować to zagadnienie, zajęli się tą sprawą ostatnio wybitni specjaliści całego świata, częściowo w porozumieniu i przy poparciu Ligi Narodów, opracowując dla różnych narodów, stosownie do potrzeb lokalnych, tablice, jadłospisy i wskaźniki, podług których łatwiej się kierować, nie potrzebując koniecznie wyższego naukowego przygotowania.

W Polsce duże zasługi w tym zakresie położyli specjaliści jak pp. Z. Czerny i M. Strasburger, dr Szczygiel i dr Szulc dy-

rektor Państwowego Instytutu Higieny, oraz kilku innych.

Od kobiet teraz zależy czy zechcą zadać sobie trochę trudu i z dorobku nauki w pełni skorzystać, stosując się do wskazówek, bynajmniej nie tak ciężkich, trzeba się tylko do nich przyzwyczaić. Nie marnować jarzyn przez grube obieranie, moczenie, duszenie itp. Nie moczyć mięsa, nie wyrzucać wywarów itd. itd.

Pomimo, że sprawa racjonalnego odżywiania znajduje z dniem każdym coraz większe zrozumienie, niestety, jak dotąd w jadłospisach naszych prawdziwej poprawy jak dotąd prawie nie widać. Jedna gospodyni ma nastawienie specjalnie kaloryczne, inna witaminowe, tymczasem właśnie od równowagi wszystkich czynników zależy racjonalne żywienie człowieka, który z pokarmu czerpie nie tylko energię do działania, jakiej mu dostarcza przede wszystkim pokarm wysoko kaloryczny, ale musi również zapewnić swojemu organizmowi możność odnowienia tkanek. Nawet wzrost włosów i paznokci, świeża warstwa naskórka itp. odbywają się kosztem materiału spożytego w jedzeniu. Wysokokaloryczne pożywienie może się na razie wydawać dostateczne, podnosi bowiem energię, jeżeli jednak brakować w nim będzie pewnych składników, da się to z czasem odczuć w postaci niedomagań, które nie zawsze są dla nas zrozumiałe. Psucie się zębów jest np. jednym z tych objawów, które się rzucają w oczy i każdy je oceni, ale jest mnóstwo objawów ukrytych a nie mniej przez to doniosłych.

Organizmy młode, rosnące, potrzebują wielu składników dla normalnego rozwoju, brak ich wywołuje cały szereg niedomagań a w pierwszym rzędzie krzywicę. Znaczenie właściwego pożywienia da się objaśnić na kilku przykładach. Przy poborze do wojska, okazało się, że poborowi z ubogich wiosek poleskich przedstawiali na ogół materiał lepszy, niż poborowi z zamożnych okolic Wielkopolski, zwłaszcza uzębienie u tych ostatnich było w tak opłakanym stanie, że duży procent zwalniano od wojska.

Razowy chleb, chociaż nieraz gliniasty i doprawiony ziemniakami, drobne rybki itp. okazały się zdrowszym pożywieniem niż białe pieczywo i boczek wędzony.

Matki karmiące, które z własnym mlekiem oddają dziecku najcenniejsze składniki, zaczynają chorować na zęby, zawroty głowy itp., o ile dowozem odpowiednich pokarmów nie wynagrodzimy utraty.

Z braku miejsca nie mogę się rozwodzić nad kwestiami powyższymi szerzej, wystarczy zresztą, jeżeli panie gospodynie uwierzą, że nie tylko ilość pożywienia ma znaczenie, ale jakość. Tłuste i słodkie pożywienie dostarcza ludziom zamożnym nieraz aż nadmiaru kalorii, brak jednak w nim witamin, często żelaza, wapnia itp. to też umiejętny układ jadłospisu staje się sprawą naglącą. Rozmaitość dań wskazana jest nie tylko dlatego, że dogadza to lepiej smakowi, ale przede wszystkim dlatego, że wprowadzając rożnorodny po-

karm, mamy lepszą gwarancję, że spotkamy w nim wszelkie potrzebne dla zdrowia składniki.

W domach zamożniejszych, gdzie jest wszystkiego obfitość, pożywienie bywa wprawdzie wysoko kaloryczne, ale uzupełnione jarzynami i owocami dostarcza w dostatecznej ilości składniki potrzebne organizmowi, trudniej już ułożyć jadłospis dla rodzin niezamożnych, gdzie trzeba osiągnąć wszystko w ramach skromnego posiłku.

Według danych zawartych w pracach dr Al. Szczygła oraz p. Zofii Czerny, racjonalny obiad winien obejmować jedną potrawę mączną, jedną białkową (mięso, jaja), dwie potrawy jarzynowe, porcję ziemniaków i jedno danie owocowe. Jeżeli zupa będzie owocowa lub jarzynowa, odpadnie od jadłospisu jedna jarzyna, oraz np. mączne danie, o ile do zupy damy kluski. Rozkład dań może być dowolny.

Liga Narodów wprowadziła w pożywieniu podział pokarmów na dwie grupy, pokarmów zapobiegających (schorzeniom) i pokarmów energetycznych (kalorycznych). Pokarmy zapobiegawcze są zresztą również kaloryczne, każdy bowiem pokarm daje pewną, choć różną dozę kalorii.

Do pokarmów zapobiegawczych zaliczamy przede wszystkim mleko, oraz wszelkie przetwory mleczne, nawet mleko zbierane, ponieważ, prócz tłuszczu odjętego w śmietance oraz wiatamin A i D, które są właśnie w tym tłuszczu zawarte, pozostaje w nim pełnowartościowe białko i wyborny skład soli mineralnych, ważnych dla ustroju, przede wszystkim wapnia. Dalej idą jaja, narządy wewnętrzne zwierząt, zielone warzywa, owoce, tłuszcz rybi i mięsny.

Produkty zbożowe, zwłaszcza nadmiernie oczyszczona mąka, dalej cukier, sztuczne tłuszcze, są źródłem kalorii, ale nie odgrywają najważniejszej roli w pożywieniu. Nie podobna ściśle wyznaczyć normy produktów potrzebnych jednej osobie, ponieważ gra tu wielką rolę wiek, stan zdrowia, rodzaj pracy itp. Za podstawę obliczeń bierzemy zatem człowieka dorosłego, zdrowego, normalnie pracującego. Powinien on otrzymać dziennie pół litra mleka, 100 g mięsa albo 2 jaja czy 100 g sera białego. 20 g warzywa liściastego (szpinak, sałata), 200 g ziemniaków, 200 g rozmaitych jarzyn, nie tylko stale kapusty, ale na zmianę brukiew, buraki itp. wchodzą w to również owoce jak pomidory i ogórki, oraz cebula, koper itd. Dalej jeszcze 200 g owoców świeżych, lub w przetworach, przy czym należy zauważyć, że owoce suszone, namoczone ale niegotowane, zawierają więcej wartości niż sterylizowane, gdyż mogą, o ile są świeże, zastąpić w pewnym stopniu surówki.

Młodzież rosnąca, która dla rozwoju mięśni potrzebuje dużo białka, powinna otrzymać białka (mięsa, jaj) 120 gramów, oraz wszelkich produktów zapobiegających więcej niż dorośli.

Należy koniecznie zwrócić uwagę na to, że wobec różnej wartości surowców nie należy bezkrytycznie zastępować jednych drugimi. Drogą badań specjalnych podzielono pokarmy na szereg grup, każda grupa obejmuje produkty podobnego składu, tak że w razie potrzeby można je zamieniać w obrębie grupy, nie należy jednak nigdy zastępować np. jarzyn korzeniowych szpinakiem, ani klusek jarzyną.

Przy układaniu jadłospisów gospodyni winna się starać, aby wszystkie grupy zostały każdego dnia uwzględnione, o ile zaś nie da się to zrobić w ramach dnia jednego, dwa dni powinny być tak rozplanowane, aby łącznie dawały wszystko co na dwa dni powinno przypadać.

Podajemy niżej tabelkę produktów, z których codziennie każda grupa powinna być uwzględniona.

1) Mleko, które jest produktem takiej wartości, że nic innego go nie zastąpi. Może być samo, w kawie, w leguminie, cieście itp.

2) Mięso (zwłaszcza organy wewnętrzne, szczególniej wątroba), drób, ryby, jaja, ser (w cieście, pierogach).

3) Ziemniaki, jarzyny strączkowe, chleb, kasze (mało obrobione), kluski, naleśniki, desery mączne.

4) Buraki, brukiew, marchew, selery (korzeniowe).
5) Sałata, szpinak, szczaw, fasolka zielona, brukselka młody groszek.
1) Najcenniejszy pokarm mleko.
2) Mięso, a zwłaszcza organy wewnętrzne, jak wątroba, drób, ryby, jaja, twaróg.
3) Mąka, kasze, ziemniaki, chleb.
4) Warzywa korzeniowe, jak marchew, buraki.
5) Warzywa liściaste, szpinak, sałata.
6) Kapusta wszelkiego rodzaju.
7) Czosnek, pory, cebula, szczypiorek.
8) Owoce (liczymy pomidory i ogórki jako owoce).
9) Soki owocowe, sok z kiszonej kapusty i ogórków, barszcz buraczany surowy.
10) Masło, oliwa z oliwek, smalec, słonina.

Jeżeli z każdej grupy będziemy stale czerpali, zapewnimy sobie racjonalne odżywianie.

Ścisłe normy pożywienia nie dadzą się określić z góry, przy żywieniu zbiorowym bierzemy średnią, licząc się z tym, że jeden będzie potrzebował mniej, to zje za niego ten kto potrzebuje więcej. W małym gospodarstwie, częściowo liczymy podobnie, częściowo zaś kierujemy się znajomością naszych stołowników, dla wszystkich nigdy nie będą te same normy odpowiednie.

Człowiek jest aparatem skomplikowanym, jeden przepuści przez siebie znaczne ilości pokarmu, z których niewiele wykorzysta i dlatego dużo ich spożywa, inny, jedząc mało, doskonale wszystko przetrawia i zapewnia sobie z tej małej ilości dostateczny zapas składników.

W zwykłym gospodarstwie, jeżeli układając jadłospisy uwzględnimy wszystkie wymienione wyżej grupy produktów, możemy się nie kłopotać o drobiazgowe wyliczenia.

Nie koniec jednakże na tym. Można nabyć produkt wartościowy ale go zmarnować przez nieumiejętne przygotowanie.

Bardzo dużo składników mieści się np. w skórce owoców i jarzyn, o ile je grubo obieramy, marnujemy właśnie te składniki. Dalej, jeśli chodzi o witaminy, większość ich źle znosi dłuższe gotowanie, niektóre giną bardzo szybko, to też takie produkty bogate w witaminy, jak masło nie powinny podlegać smażeniu, gdzie wysoka temperatura niszczy je zupełnie, ale spożywane surowe.

Jarzyny powinny być starannie myte szczoteczką, o ile możności nie obierane, względnie cienko skrobane, gotowane na szybkim ogniu ale za to krótko w szerokim naczyniu.

Ponieważ w czasie gotowania część składników rozpuszcza się w wodzie, wody tej nie należy wylewać, ale bądź podać z jarzyną, wygotowaną do potrzebnej ilości, bądź użyć jako podstawę do zupy.

Mało tego, nawet surowa jarzyna moczona w wodzie, marchew czy ziemniaki, sucha fasola, oddają tej wodzie bądź składniki mineralne, bądź niektóre białka, tak że wody tej należy użyć do gotowania, a jarzyny lekko oczyścić i szybko przemyć.

Mięsa surowego nie kładziemy na desce, bo deska wypija soki, ale na półmisku, obmywamy je szybko i gotujemy czy dusimy.

STYCZEŃ

WÓDKA NAPRĘDCE, NA SUSZONYCH ŚLIWKACH

Dziesięć deka pięknych suszonych śliwek rumuńskich poskrawać z pestek, wrzucić do gąsiorka. 4—5 pestek rozmiażdżyć i dodać. Nalać litrem wódki czystej wyborowej, luksusowej czy perły, postawić na słońcu lub w ciepłym pokoju, potrząsając w ciągu dnia kilkakrotnie. Nazajutrz można ją już zlewać i przecedzić.

Cedzimy wódkę, jak następuje: w lejek, najlepiej szklany, włożyć czysty płatek płótna, wymościć kawałkiem waty opatrunkowej grubym na dobry palec lub nawet więcej, jeżeli nie jest ubita. Gdybyśmy cedzili dużo wódki, tak że na wacie zbierze się za wiele osadu i utrudnia przeciekanie, trzeba ją zmienić na świeżą.

PIEPRZÓWKA

Wódka na pieprzu działa mocno rozgrzewająco, dlatego używa się jej nietyle do zakąsek, ile po przemarznięciu, przy dreszczach z powodu przemoknięcia itp. Do litrowej flaszki wódki wsypać 10—12 ziarn pieprzu i tyleż angielskiego ziela, przetłuczonego grubo w moździerzu. Po tygodniu scedzić.

WÓDKA KORZENNA

Robi się jak pieprzówka, tylko, oprócz pieprzu i ziela ang., dodaje się jeden goździk i kilka ziarn kardamonu, przetłuczonych w moździerzu. Po tygodniu scedzić. Można użyć zaraz, ale lepsza będzie gdy kilka tygodni postoi.

COCKTAIL RAJSKI

Pół butelki Gin'u,

Pół butelki likieru Abricotine,

Sok z czterech pomarańczy, dobrze rozmieszać, postawić na lodzie.

COCKTAIL MIĘDZYNARODOWY

Do ½ litra włoskiego wina Asti wlać po 2 kieliszki: dobrego koniaku, kirschu, gin'u, śliwowicy, soku z grejpfrutu oraz ¼ szklanki tokaju. Dobrze rozmieszać, postawić na lodzie.

PĄCZKI

Od ½ kg mąki odjąć 2 łyżki, dodać szczyptę cukru dla przyśpieszenia fermentacji i 3 dk drożdży rozpuszczonych w kilku łyżkach mleka. Rozczyn powinien mieć gęstość śmietany. Poprószyć mąką, nakryć, zostawić do wyrośnięcia.

Sześć żółtek z dużych jajek utrzeć z 5 dk cukru, dodać skórkę otartą z cytryny.

Wsypać w miskę mąkę przesianą, wlać żółtka, rozczyn, szklankę mleka, kieliszek rumu, wymieszać dobrze, wlać 5 dk rozpuszczonego masła, dobrze rękami wyrobić, okryć serwetą, dać podrosnąć.

Gdy objętość ciasta się podwoi (mniej więcej) rozdzielić na 2—3 porcje, wziąć na oprószoną mąką stolnicę, rozwałkować na palec grubo, wykrawać krążki szklanką od piwa, nakładać albo konfiturę z róży, albo osączone dokładnie wiśnie, maliny, względnie powidła, nakrywać drugim krążkiem, brzegi zacisnąć, obrównać nożem, ułożyć na sicie odwróconym dnem do góry, zasłanym serwetą lub na poduszce, osłoniętej gazetami i serwetką oprószoną mąką, aby na elastycznym podesłaniu wyrosły. Kłaść z dala jeden od drugiego, żeby się nie posklejały. Kiedy dobrze ruszą, obrócić na drugą stronę ostrożnie.

W głębokim, płaskim, szerokim naczyniu rozgrzać dobrze smalec wieprzowy czysty, kiedy będzie dostatecznie gorący, otrzepać lekko pączki z mąki i kłaść w tłuszcz tą stroną, która ostatnio była na wierzchu, żeby dolna, która była nieco przyciśnięta podrosła. Przykryć naczynie pokrywą czy tacką. Zaglądać, jeżeli pączek się od spodu zrumieni, to, nie czekając aż się sam odwróci, obrócić widelcem i smażyć po drugiej stronie.

Gotowe pączki nakłuć cienkim drewienkiem, układać na złożonej w kilkoro bibu-

le dla osączenia, zdjąć na półmisek osypać miałkim cukrem czystym lub z wanilią. Pączków wyjdzie około 30, smalcu spotrzebujemy 70—75 dk.

Czy tłuszcz jest dostatecznie nagrzany do smażenia zarówno pączków jak chrustu poznajemy po tym, że, gdy wrzucimy w smalec kawałek ciasta, natychmiast odskakuje od dna.

CHRUST — FAWORKI

Pół kg mąki zagnieść z 7 żółtkami i jednym całym jajkiem, kieliszkiem rumu lub araku, szklanką mleka, łyżką masła i 2 łyżkami cukru. Rozwałkować cienko po kawałku tego ciasta, resztę trzymając w wilgotnej serwecie, żeby nie wysychało, krajać nożem lub ząbkowanym radełkiem w pasy na 3 cm szerokie a na 15 długie, przecinać przez środek, przewijać, rumienić na gorącym smalcu, gotowe osączać na bibule, po osączeniu posypać cukrem. Smalcu wyjdzie około 80 dk.

LUTY

KRUSZON POMARAŃCZOWY

Kruszon przygotowujemy zasadniczo w szklanym dzbanku, można go jednak podać i w wazie, nalewając do szklanek łyżką wazową. Do wazy wkroić w cienkie plastry kilogram pachnących, ładnych pomarańczy ze skórką, bez pestek, przesypać 4—5 łyżkami cukru i zalać 3—4 kieliszkami likieru abricotine lub araku. Kiedy się cukier rozpuści, włożyć pół szklanki mniej więcej konfitury z truskawek lub poziomek, względnie trochę drobno pokrajanego surowego ananasa i wlać białego wina (może być nawet domowe, byle smaczne) 3 butelki.

PASTYLKI CZEKOLADOWE

Utrzeć tabliczkę dobrej ciemnej czekolady, zmieszać z sześciu czubatymi łyżeczkami cukru—pudru. Białko z jaja rozmieszać z 2 łyżkami dobrej śmietanki i utrzeć, dosypując cukier z czekoladą. Kiedy się wszystko wyrobi, wylewać na arkusz papieru posmarowany woskiem lub na opłatek, pastylki wielkości złotego i osuszyć w piecu. Piec nie powinien być gorący, bo się czekoladki zapieką, a nie podrosną, co powinno mieć miejsce. Można te pastylki z wierzchu oprószyć migdałami utartymi miałko. Trzymać w piecu 10 minut.

PASZTECIKI W KRUCHYM CIEŚCIE

Pół kg mąki, ¼ kg masła, przesiekać razem, dodać 6 żółtek, łyżeczkę soli i tyle zimnej wody, żeby ciasto dało się lekko wałkować. Udusić w łyżce masła 10 dk usiekanych pieczarek, włożyć ¼ kg zmielonej pieczonej cielęciny, jeżeli mało wilgotna, dodać troszeczkę bulionu, z ciasta wykroić kwadraty, napełniać farszem, dobrze zakleić, posmarować jajkiem, upiec na złoty kolor.

Takie trójkątne paszteciki można piec dwojako, albo po zaklejeniu postawić rożkiem do góry, a spód przypłaszczyć, albo piec trójkąty leżące, wtedy należy je przewracać, żeby się z obydwóch stron zrumieniły. Ubrać na półmisku smażoną pietruszką.

TORT FASOLOWY

Dobrze zrobiony jest bardzo smaczny. 40 deka fasoli ugotować, wodę odlać, gdy fasola obeschnie, przetrzeć przez sito, lub przepuścić przez maszynkę. 6 żółtek utrzeć do białości, dodając 40 deka cukru—pudru, następnie dodać fasolę, laskę wanilii utłuczonej z cukrem i startą skórkę z całej cytryny. Na koniec wymieszać ostrożnie z białkami ubitymi na sztywną pianę, przełożyć do formy tortowej, wysmarowanej masłem i wysypanej bułeczką. Upiec w lekkim piecu, polukrować czekoladą, lub też przełożyć bitą śmietanką lub śmietaną z cukrem i wanilią.

LUKIER CZEKOLADOWY

Czterdzieści deka czekolady utartej i czterdzieści deka cukru, szklankę mleka i łyżkę masła śmietankowego, gotować wciąż mieszając, aż zgęstnieje. Ciepłym jeszcze smarować ciasto.

GALARETA Z GĘSI

Upieczoną gęś obrać z kości i skóry, wybrać najładniejsze części mięsne i ładnie pokrajać. Przygotować litr soku z żurawin biorąc ¾ kg jagód, przysłodzić tylko niewiele dla złagodzenia kwasu ale żeby nie był zbyt słodki, zaprawić 15 listkami żelatyny, wymoczonej uprzednio w zimnej wodzie.

Na półmisek nalać pół szklanki galarety, gdy zastygnie ułożyć gęś, skropić lekko galaretą, gdy zastygnie znów skropić aż się utworzy na mięsie skorupka z galarety. Wtedy przybrać galaretę plasterkami gotowanego w syropie jak na kompot jabłka i półplasterkami pomarańczy, polać resztą galarety.

MARZEC

ŚLEDZIE MARYNOWANE

Dziesięć tłustych mleczaków wymoczyć 24 godziny w wodzie, zmieniając ją 3—4 razy. Obciągnąć ze skóry, rozłupać wzdłuż, wyjąć ość.

Dwie—trzy cebule pokrajać w talarki, osączone dobrze z wody i oczyszczone śledzie ułożyć w słoju przekładając cebulą, zalać przestudzonym octem. Lekki ocet przegotować dając na litr 10 ziarn ang. ziela, 6 pieprzu, 1 goździk. Zawiązać słój, wynieść w chłodne miejsce ale żeby nie zmarzły. Po 2—3 dniach używać. Podawać do ziemniaków w mundurkach.

WYKWINTNE ROLMOPSY

Przygotowane jak do marynowania śledzie, bez głów i ogonów, rozdzielić na same filety, o ile się tylko da ości wyskubać.

Usiekać drobno 2 cebule, łyżkę kaparów lub korniszonów, zmieszać z 2 łyżkami musztardy, smarować filety, zwijać, przetknąć patykiem, żeby się nie rozwinęły. Ułożyć słoiki dość ściśle, polać tylu łyżeczkami oliwy ile było zwitków, dać postać godzinę, przechylać od czasu do czasu słoik, żeby oliwa wszystko dobrze obmoczyła. Po upływie tego czasu dolać do pełna octu chłodnego, przegotowanego z pieprzem, zielem, cebulą.

Proporcja smarowania obliczona mniej więcej na 8—10 śledzi.

RYBA PO ANGIELSKU

Nadają się do tego celu wszelkie ryby ale przede wszystkim mięsiste, z małą ilością ości, np. sandacze, dorsze itp. Filety z dorsza lub flądry są do tego celu doskonałe. Pokrajać w niewielkie kotleciki, obsypać mąką, posmarować jajkiem, utarzać w bułce, usmażyć, ostudzić, ułożyć w słoju przekładając ziołami jak ostragon, majeranek, rozmaryn. Ocet przegotować w proporcji na ½ litra 5 ziarn pieprzu, 6 ang. ziela, 1 goździk, 1 listek bobkowy, kawałeczek gałki muszkatałowej i nieco soli oraz cukru. Zalać rybę przykrytą ziołami, żeby nie wystawała nad ocet. Postawić w chłodzie, najlepiej w lodowni.

SZCZUPAK FASZEROWANY

Półtora kg szczupaka oczyścić z łuski i wnętrzności, wymyć, natrzeć solą, dać poleżeć godzinę. Starannie wytrzeć z wilgoci. Odciąć łeb, rozciąć rybę wzdłuż, rozpłaszczyć, nie przecinać skóry na grzbiecie, ostrożnie wyjąć ości i część mięsa, pozostawiając przy skórze cienką jego warstwę, nasmarować farszem, zwinąć, okręcić serwetką i mocno bawełną i gotować w wodzie z włoszczyzną, ośćmi i łbem z ryby oraz 2—3 łyżkami octu. Gotować na wolnym ogniu około 15 minut.

Wyjąć, oziębić, położyć między dwa odpowiedniej długości półmiski czy tace, zlekka obciążyć. Wyjąć następnie ostrożnie z serwety, pokrajać w ładne plastry, przybrać galaretą. Rosół z ryby gotować aż pozostanie 1½ szklanki, sprobować czy sztywnieje krzepnąc, jeżeli za mało sztywny to po przecedzeniu sklarowaniu i podbarwieniu karmelem, dodać 3 listki żelatyny wymoczonej w zimnej wodzie. Galaretę wylać na płaski półmisek, gdy stężeje pokrajać w ładne figurki lub posiekać,

użyć do przybrania ryby, wraz z innymi dodatkami, jak: jaja twarde, grzyby, korniszony, pomidory, oliwki itp.

FARSZ DO RYBY

Mięso wybrane z ryby dosolić jeśli ryba była mało posolona, dodać cebulę siekaną, przesmażoną w ½ łyżki masła, jajecznicę rzadką z 2 jaj, ośrodki 3 bułek wymoczone i odciśnięte, dodać 4—5 sardeli, zmielonych w maszynce i utartych z ½ łyżki masła, wszystko razem doskonale rozetrzeć dodając do smaku pieprz, ang. ziele i trochę muszkatołowej gałki. Dodać łyżkę masła i wbić 2 jaja surowe. Tym farszem smarować rybę.

SOS DO RYBY

Pięć surowych żółtek utrzeć z łyżką cukru—pudru, dodać po trochu dwie łyżki oliwy, rozprowadzić ½ szklanki niezbyt mocnego octu, dodać szklankę tartego chrzanu.

KWIECIEŃ

PROSIĘ PIECZONE

Prosię oczyścić starannie, natrzeć solą. Wątróbkę poddusić w maśle kilka minut wraz z nerkami, zemleć w maszynce, dodać miąższ z 3 bułeczek namoczonych w mleku i wyciśniętych, wbić 3 żółtka surowe, dodać szczyptę cukru, dwie, trzy łyżki korynckich rodzynków, dla zapachu trochę goździków mielonych, nieco pieprzu. Dobrze razem utrzeć, nadziać prosię. Prosię nie powinno mieć więcej jak 2 najwyżej 2½ kg. Można jeść na zimno lub gorąco.

Cała sztuka upiec prosię tak aby skórka była krucha, w miarę rumiana a mięso i farsz gotowe. Prosię układa się na brytfannie na podłożonych drewienkach w takim położeniu jakby leżało żywe z pyskiem między łapami.

Piec się powinno powoli około 2 godziny. Duże do 2½ godzin. Najlepiej piecze się polewane po trosze oliwą, albo smarowane słoniną, z masłem łatwiej przypalić. Nie można przyśpieszać pieczenia ze względu na farsz, prosię bez nadzienia piecze się około 1½ godz.

BABA ŁATWA A SMACZNA

Ćwierć kilo mąki pszennej przesiać przez sito do miski i postawić w cieple, aby się wygrzała. 4 deka drożdży rozprowadzić szklanką śmietanki lub mleka i zmieszać z przesianą mąką, wybić dobrze i postawić w cieple dla podrośnięcia. Osiem żółtek ubić do białości z 10 deka cukru. Utłuc dwucalowy kawałek wanilii z paroma łyżkami cukru i sklarować 8 deka masła. Gdy ciasto ruszy, dodać drugie tyle mąki, żółtka, wanilii, i łyżeczkę od kawy — soli, trochę mleka, aby ciasto nie było zbyt twarde i wyrabiać, aż od rąk odstawać zacznie. Wtedy wlać masło, pozostawiając go nieco do wysmarowania formy, wyrabiać dalej, aż całe masło wsiąknie w ciasto. Formę posmarowaną masłem wysypać bułeczką, nałożyć ciasta do trzeciej części formy, przykryć serwetką i zostawić w cieple. Gdy ciasto wyrośnie i jego objętość się podwoi, wstawić w gorący piec. O ile ciasto jest udane powinno wyrosnąć nieco nad formę. Po wyjęciu z pieca, trzymać babę kilka minut w formie, po czym wyłożyć na pokrytą papierami poduszkę, aby miała miękko, nie odgniotła się i nie dostała zakalca.

PLACEK Z KRUSZONKĄ

Zagotować dwie szklanki mleka, do letniego wsypać cztery szklanki mąki, do-

dać 5 deka drożdży rozpuszczonych w paru łyżkach odebranych z powyższej proporcji. Dla zapachu dodać trochę utłuczonego kardamonu lub kwiatu muszkatołowego. Następnie przykryć złożoną serwetką i postawić w cieple, aby podrosło. Zanim ciasto ułożone w formach czy na blachach podrośnie, wziąć 3 szklanki mąki, szklankę cukru i 10 deka drobnego, tłustego masła. Dodać trochę zapachu użytego do ciasta, zagnieść to razem i usiekać na drobną zaciereczkę.

Wyrośnięty placek grubo posypać kruszonką i upiec jak zwykle. Gdyby piec był za gorący, należy po zrumienieniu kruszonki przykryć placek zwilżoną bibułą, lub papierem. Wyjmując z blachy lekko unieść bok placka i oprzeć o talerz aby odparował.

MAZUREK CYGAŃSKI

Ćwierć kg rodzynków korynckich i tyleż sułtańskich, przebrać, wymyć, dać obeschnąć. Ćwierć kg fig, oskrobać bo często są na nich pakuły itp. szybko wymyć, osuszyć, pokrajać na cienkie kluseczki, 10 dk suszonych moreli pokrajać cieniutko, 5 dk skórki pomarańczowej uszatkować, 10 dk migdałów lub palonych fistaszek usiekać drobno, wymieszać. Trzydzieści dk mąki zmieszać z 8 dk cukru pudru, wymieszać z bakalią, dać tyle jaj, aby się masa dobrze skleiła (około 7—8 sztuk), rozsmarować na opłatku na palec grubo, zapiec w umiarkowanym piecu na złoty kolor.

SOS CUMBERLAND DO PASZTETU INDYKA ITP.

Uproszczony ale doskonały sos zimny. Przetrzeć smażone borówki przez sito żeby otrzymać szklankę gęstawego soku, dodać skórkę otartą z cytryny i kawałka pomarańczy, wcisnąć sok z ½ czerwonej pomarańczy, dodać ¾ szklanki musztardy francuskiej.

MAJ

SZPARAGI Z WODY

Świeży szparag nie da się zgiąć, ale pęka. Obrać z zewnętrznych włókien, zeskrobując je nożem. Powiązać w małe pęczki, zrównać długość, włożyć do gorącej wody i gotować na silnym ogniu 15 minut. Zbyt długie gotowanie źle wpływa na smak szparaga. Wodę osolić 8 g na litr. Kiedy są gotowe odsączyć starannie na sitku, złożyć na wygrzanym półmisku, wysłanym serwetką, serwetkę z wierzchu zarzucić i trzymać na gorącu ale bez wody, do chwili podania. Jeżeli podajemy do nich masło z bułeczką w sosjerce leżą na serwecie, o ile dajemy jakieś dodatki muszą po osączeniu leżeć wprost na gorącym półmisku. Doskonałe są jeśli czubki do połowy szparagów posmarować dobrze masłem pół na pół z parmezanem i lekko zrumienić.

MARCHEWKA GLAZUROWANA

Pół kg marchewki młodej, oskrobać, jeśli duża pokrajać w plasterki niezbyt cienkie, zalać wodą, dodać łyżkę cukru bez czuba, łyżkę masła, łyżeczkę od kawy soli, dusić w rondelku płaskim a szerokim, nieco z boku od ognia, nie mieszając zbyt często, żeby nie pognieść. Kiedy zmięknie, wydusić tak, aby sos się zrobił gęsty i złocisty, obracać w nim marchew, żeby cała okryła się tym ulepem. Posypać siekaną, zieloną pietruszką.

SMARDZE

Smardze należy nabywać z pewnego źródła, są bowiem gatunki podobne do właściwego smardza ale szkodliwe, o ile nie są przed użyciem obgotowane. Wymyć starannie w zimnej wodzie, korzonek przyciąć, grzyby pokrajać. Na ½ kg grzybów włożyć łyżkę masła, wlać 2 łyżki wody, wcisnąć sok z pół cytryny, dusić, podlewając po trochu wody 10 minut. Wlać ¼ l. śmietany, raz zagotować, podać.

KURCZĘTA PO WIEDEŃSKU

Małe kurczaki oczyścić, przyciąć skrzydełka aż po drugi staw, odjąć łapki. O ile

się da od spodu usunąć żeberka, lekko rozbić, osolić, osypać mąką, posmarować jajkiem, utarzać w bułeczce zmieszanej z siekaną zieloną pietruszką, smażyć na maśle lub maśle ze smalcem. Gotowe złożyć w rondelek, w którym jest na dnie trochę sosu z patelni z odrobiną wody, nakryć i dać im dojść na gorącym piecu lub w piecu, żeby nie wystygły, a nie były surowe przy kości.

GALARETA POZIOMKOWA JAKO DESER

Z pół kilograma poziomek wziąć 2 łyżki i ugotować w ½ litra wody z 7½ dk cukru. Kiedy syrop nabierze zapachu, zlać, poziomki odrzucić, w soku rozpuścić 8 listków żelatyny, wymoczonej uprzednio w zimnej wodzie. Nie gotować, tylko zagrzać. Wylać na dno salaterki trochę galarety, gdy zastygnie dać warstwę przebranych poziomek, zalać trochą galarety i tak stopniowo zużyć poziomki i galaretę. Ostatnia warstwa z galarety. Jeżeli chcemy podać elegancko, dać na wierzch krem ubity z ½ szklanki śmietanki lekko ocukrzonej.

KREM POZIOMKOWY

Oczyścić ładnie i wypłukać ½ kg poziomek czy truskawek. Rozpuścić 1 dk żelatyny w ¼ szklanki wody, trzymać w cieple, żeby za wcześnie nie stanęła. Ubić krem z ¼ litra śmietanki, dodać pianę z 3 białek, dodać cukru do smaku, od 7—10 dk dla podbarwienia można do żelatyny dodać bretonu dolać kieliszek rumu, trochę soku z cytryny i ciągle ubijać już z żelatyną, aż zacznie gęstnieć. Wyłożyć w formę lub salaterkę, oziębić. Podawać z biszkoptami. Na wieczór zrobić rano, do obiadu albo bardzo rano, albo na noc.

CZERWIEC

KURCZĘTA PO WIEDEŃSKU

Oczyszczone kurczęta przekroić o ile duże na cztery części ,małe zaś tylko na połówki. W miarę możności wyjąć od spodu żeberka ,cały kawałek rozpłaszczyć lekkimi uderzeniami, skropić cytryną, niech poleżą 2—3 godziny, po czym natrzeć solą, posmarować jajkiem, utarzać w bułce suchej, tartej i smażyć na maśle lub fryturze. Podawać przybrane smażoną pietruszką. Osobno podać młody zielony groszek na jarzynę.

PIETRUSZKA SMAŻONA

Przemyć gałązki świeżej, zielonej pietruszki, dać im z lekka obeschnąć, rozgrzać fryturę, trzymając gałązkę w ręku zanurzać ją we fryturze i po minucie smażenia wyjmować, układać ostrożnie, bo się kruszą.

Pietruszka taka służy do ubierania smażonych i pieczonych kurcząt, kaczek itp. pasztecików, naleśników z mięsem itd. Jest nie tylko dekoracją, ale smakuje wybornie,

SZPARAGI

Oskrobane z włókien szparagi poucinać u dołu jeśli zbyt długie, powiązać miękką, grubą bawełną w małe pęczki i włożyć w wodę gotującą, do której wsypać na 2 litry wody łyżeczkę cukru. Solić dopiero pod koniec w proporcji 7—8 gramów soli na litr. Szparagi długo gotowane tracą dużo smaku, u nas zazwyczaj zwraca się uwagę na to aby widelec, wetknięty w szparag w miejscu mniej więcej na środku szparaga, wchodził weń miękko, Francuzi zaś gotują krócej bo około 20 minut, zważając, że takie są najsmaczniejsze.

PODCZOS

Podczosem nazywamy uduszone listki młodej brukwi, kapusty, kalarepy, może to być nawet rozsada. Obgotowane w ukropie, odcedzić, posiekać. Podsmażyć kawałek pokrajanej słoniny z cebulką, włożyć jarzynę, dusić 10 minut.

KLOPSIK ZE SZPINAKU

Pół kg szpinaku przebrać, rzucić na dużą ilość lekko osolonej wody, gotować 5 minut, odcedzić, z lekka wycisnąć, usiekać nożem (nie w maszynce). Zrobić gęstą jajecznicę z dwóch jajek i 2—3 dk słoniny. Szpinak doprawić do smaku solą i trochą pieprzu, rozłożyć dość grubą warstwą, na to położyć jajecznicę, zwinąć jak klops w podłużny wałek, posmarować jajkiem, utarzać w bułeczce, położyć na posmarowanej kawałkiem słoniny blasze, na wierzch położyć cienkie plasterki słoniny i zapiec w umiarkowanie gorącym piecu.

LIPIEC

ZUPA RAKOWA PO POLSKU

Na osobę bierzemy średnio 5 normalnej wielkości raków, które starannie umyte z błota, rzucamy w ukrop, po kilka tylko na raz, aby jak najprędzej usnęły, włożyć zielonego kopru kilka gałązek, posolić i gotować 15 minut. Wyjąć, pootwierać, oczyścić z wnętrzności, wydobyć szyjki i nóżki, te ostatnie warto wyjmować tylko z większych raków, pozostawić po 2 skorupki na osobę do nadziania, resztę zaś wraz z wszelkimi odłamkami zemleć w maszynce od mięsa, włożyć w rondelek, dodać łyżkę masła, postawić nieco z boku od ognia, niech się powolutku smaży. Kiedy masło zrobi się jaskrawe jak rak, podlać rosołu i zbierać wypływający czerwony tłuszcz do osobnego garnuszka.

Mieć przygotowany dobry rosół z mięsa i włoszczyzny, lub z kości i włoszczyzny, po zebraniu czerwonego tłuszczu przelać tym rosołem masę ze skorupek rakowych, przecedzić przez gęste sito. Na 4 osoby wziąć śmietany $^1/_8$—¼ litra, rozetrzeć z łyżką mąki, łyżką siekanego zielonego kopru i czerwonym masełkiem rakowym, wymieszać z trochą zupy, wlać do całości, zagotować.

W wazę lub na talerze kładziemy wypłukane w ciepłej wodzie po obraniu szyjki (kiszeczkę przechodzącą wierzchem szyjki usunąć) i nadziane skorupki.

Nadzienie robimy jak następuje:

Rozetrzeć ½ łyżki masła z 2 żółtkami, dodać trochę siekanego kopru, soli, oraz tyle tartej bułki aby się razem dało zagnieść. Nadziać tą masą skorupki, włożyć w gotującą osoloną wodę, gotować 5 minut, wyjąć na talerze.

Osobno podać do tej zupy ugotowany na sypko ryż.

SUFLET Z RAKÓW

Łyżkę masła zagotować z łyżką wody i rozetrzeć z dwiema łyżkami mąki, rozprowadzać po trosze szklanką ciepłego mleka, rozcierając na ogniu, wlać $^1/_8$ litra śmietany, dodać łyżkę masła rakowego, przygotowanego jak do zupy, oraz 5 dk tartego sera szwajcarskiego. Doprawić do smaku solą. Tak przygotowanego sosu będziemy mieli około ½ litra. Gęstość powinna być mniej więcej musztardy. Kiedy osiągniemy smak i gęstość potrzebną, dodajemy pianę z 3 białek. Domieszać wreszcie trzeba 20 szyjek z raków i 10 dk duszonych pieczarek (pieczarki nie konieczne), wyłożyć na ogniotrwały półmisek, skropić masłem, wstawić w gorący piec na 20 minut, mniej więcej, kiedy się podniesie i zrumieni natychmiast podawać, bo opadnie.

GROSZEK ZIELONY W CIEŚCIE

Groszek zielony na tę wykwintną potrawę można dać młody, z puszki a nawet suszony. Ugotowany, zaprawiony masłem z mąką groszek ułożyć na ogniotrwałym półmisku posmarowanym masłem.

Na ½ litra jarzyny zagnieść ciasto z 2 żółtek, 8 dk masła, 2 łyżek wody i tyle mąki aby ciasto było miękkie. Ponieważ wałkuje się trudno, można rozwałkowywać cienkie placuszki i, układając na jarzynie, łatać jakoś mniej więcej jednolite pokrycie. Posmarowane jajkiem, nakłuć, żeby para miała wyjście, upiec.

SAŁATKA SUROWA

Ośrodek sałaty głowiastej pokrajać na kluseczki, zielonego groszku pół szklanki, usiekanej rzodkiewki pół szklanki, niewielki, drobno uszatkowany ogórek, dwa pomidory, jedną kalarepkę, skroić drobno, posolić, niech postoi 15 minut.

¼ litra śmietany i 3 łyżki musztardy rozetrzeć dokładnie, polać sałatę, przybrać zieleninką lub posypać zieloną, siekaną pietruszką. Podać.

SIERPIEŃ

ZUPA KOPERKOWA

Ugotować smak z ¼ kg kruchych kostek wołowych i ¼ kg włoszczyzny. Wygotować do 2 litrów, przecedzić. Włoszczyznę użyć do sałatki jarzynowej. Usiekać zielonego koperku 4 dobre łyżeczki, wymieszać z ½ łyżki mąki, rozprowadzić ¼ litra śmietany, rozebrać rosołem, wlać do całości, zagotować.

Podawać z grzankami z bułki, podrumienionymi z masłem.

SAŁATA JARZYNOWA

Uszatkować drobno ¼ kg włoszczyzny ugotowanej jako smak do zupy, dodać 3 ziemniaki, zimne, ugotowane, pokrajane w kostkę, pół ugotowanego niezbyt miękko kalafiora, pół surowej siekanej cebuli, skropić cytryną lub octem. Dwa żółtka rozetrzeć z łyżką musztardy, rozprowadzić 3 łyżkami wody i łyżką octu, wsypać łyżeczkę od kawy soli i tyleż cukru-pudru, oblać sałatkę.

POTRAWA Z PULARDY

Oczyszczoną pulardę ugotować z włoszczyzną. Jeżeli tłusta i ładna można z ¼ kg włoszczyzny otrzymać tyle aby jakieś 1½ litra przeznaczyć na rosół a pół litra zostawić na sos.

Kurę rozdzielić na porcje i do czasu użycia zatrzymać w rosole przeznaczonym na zupę. Rosół na sos zaprawić ⅛ l śmietany z łyżką mąki, wsypać 3—4 łyżki ugotowanego zielonego groszku, od wędzonego gotowanego, pokrajanego w kostkę ozora, pulardę ułożyć na półmisku, zalać gorącym sosem z dodatkami, podawać osobno ryż ugotowany na sypko.

PASZTET Z RESZTEK

Cielęcinę pieczoną, duszoną a nawet sznycel cielęcy, pozostałe z dnia poprzedniego zemleć w maszynce. Na szklankę mięsa dodać ośrodek z dwóch bułeczek wymoczony w mleku i z lekka odciśnięty, wbić całe jajko, dodać trochę soli, odrobinę gałki muszkatołowej. Rondelek wysmarować masłem, wysypać bułeczką, włożyć masę mięsną i gotować nakryty, jak budyń, wstawiony w drugie naczynie z gotującą wodą, około godziny.

Podawać z sosem pomidorowym.

Zamiast cielęciny mogą to być resztki kurcząt, perliczek lub pieczonych indyków.

GRUSZKI NA DESER

Gruszki ugotować w skórce, ostudzić, obrać, korzonek skrócony zostawić, od spodu gruszkę wydrążyć, napełnić tartymi orzechami lub migdałami roztartymi z marmoladą malinową. Otwór zatkać kawałkiem gotowanej gruszki specjalnie przeznaczonej na pokrajanie. Utarzać owoce w cukrze i wstawić do umiarkowanie gorącego pieca. Kiedy się gruszki dobrze rozgrzeją a cukier zrumieni podawać.

Osobno podać śmietankę surową.

WRZESIEŃ

POTRAWA JEDNOGARNKOWA

Głowę kapusty pokrajać w spore kawałki, obgotować, część wody odlać, włożyć łyżkę masła, wkroić dużymi kawałkami ½ kg przerośniętej wieprzowiny, dusić razem. Kiedy mięso zacznie mięknąć, wkroić w talarki ½ kg ziemniaków i 10 dk wędzonki. Dusić aż ziemniaki będą gotowe.

KOTLETY ZE SZPINAKU

Obgotowany, usiekany szpinak zmieszać z surowymi jajami, licząc na ½ kg szpinaku, dwa jaja. Wymieszać dobrze, podsypać na deskę tartej bułki, rozłożyć na niej szpinak, posypać z wierzchu bułką. Nabierać tej masy łyżką i kłaść ostrożnie na rozgrzane masło czy t. p.

Masa początkowo rzadkawa, zetnie się i zgęstnieje pod wpływem gorąca.

PIEPRZ TURECKI FASZEROWANY

Do faszerowania wybrać pieprz duży, łagodny, zatknąć na widelec i potrzymać chwilę nad płomieniem (najlepiej gazu) po czym ściągnąć cienką skórkę wierzchnią. Rozpruć jeden bok strąka, wybrać pestki. Nafaszerować gotowanym, sypkim ryżem zmieszanym z mielonym mięsem z rosołu lub pieczoną baraniną. Ułożyć w rondelku, dać na wierzch łyżkę masła, 2 łyżki osolonej wody lub rosołu (licząc na 6—8 strąków), dusić na wolnym ogniu, podlewając w miarę potrzeby nieco osolonej wody. Podawać jako niezależne danie albo jako garnitur do pieczeni wołowej czy polędwicy.

MOZAJKA JARZYNOWA

Pokrajać 3 marchewki i 2 pietruszki w talarki, dalej jedną cebulę, 4 pomidory, 4 ziemniaki, ¼ kg białych, świeżych grzybów, ułożyć warstwami i nie mieszając, ani poruszając dusić na wolnym ogniu, dodając 5 dk masła i tylko bardzo niewiele wody, ponieważ pomidory są zazwyczaj bardzo soczyste. Kiedy marchewka i ziemniaki zmiękną, podawać. żeby ta potrawa była smaczna, potrzebuje sporo masła i odpowiedniego posolenia.

KREM JABŁECZNY

Upiec tyle jabłek aby otrzymać miąższu ½ litra, wbić w to 2 białka, wsypać 20 dk cukru-pudru i ubijać na zimnie aż masa zgęstnieje i pobieleje. Ubić na krem ½ litra śmietanki, wsypać, ubijając 10 dk cukru, dodać 25 gramów żelatyny, wymoczonej w zimnej wodzie i rozpuszczonej w 2—3 łyżkach ukropu. Dolać żelatynę już oziębioną, wszystko razem wymieszać kręcąc w jedną stronę. Włożyć w formę wypłukaną zimną wodą i posypaną cukrem i postawić w chłodzie. Podać ugarnirowany biszkoptami, makaronikami lub kruchymi ciasteczkami.

PAŹDZIERNIK

KUROPATWY W KAPUŚCIE

Na dwie kuropatwy bierzemy 1 kg kapusty w główce, ¼ kg słoniny, ¼ kg kiełbasek parowych, 7½ dk masła.

Kapustę przeciąć na ćwiartki, obgotować, oczyszczone kuropatwy owinąć plasterkami słoniny i upiec do połowy gotowości, następnie przeciąć na połówki, połowę kapusty włożyć w rondelek, na tym ułożyć kuropatwy, słoninkę, w której się piekły, pokrajane w talarki kiełbaski i nakryć drugą połową kapusty, nacisnąć, położyć na wierzch masło i dusić, podlewając po odrobinie wody, aż kapusta i mięso będą miękkie. Podawać najlepiej w tym samym naczyniu, w którym się dusiły.

OGÓRKI KWASZONE NA JARZYNĘ

Pokrajać w kostkę ogórki kwaszone, odrzucając pestki, włożyć na 4 ogórki łyżkę masła, podlać soku z ogórków, dusić 15 minut, włożyć 4—6 ugotowanych ziemniaków, pokrajanych w talarki, poddusić razem chwilę, podawać na jarzynę do schabu, pieczeni itp.

SŁODKIE GRZANKI DO BIAŁEJ KAWY

Bułki tzw. warszawianki, dawniej kajzerki, rozciąć na połówki, posmarować dość grubo masłem, posypać cukrem z cynamonem, podrumienić w gorącym piecu, podawać gorące i chrupiące.

SER NA GORĄCO

Ser holenderski, litewski, szwajcarski itp. pokrajać na prostokąty grube na ½ cm. Dwa jajka ubić mocno z ½ szklanki mleka, wsypać 2 łyżki mąki, w cieście tym maczać ser i kłaść na rumiane masło, zrumienić szybko z obu stron, wyłożyć na gorący półmisek, przybrać smażoną, zieloną pietruszką, podawać zamiast pasztecików do bulionu w filiżankach albo jako przekąskę.

BUDYŃ Z JABŁEK

Obrać i skroić cienko 1½ kg jabłek i udusić na wolnym ogniu z 10 dk cukru i laską wanilii. Wanilię usunąć, marmoladę przystawić na większy ogień i mieszać aż do zgęstnienia. Ostudzić, wsypać 2 łyżki mąki, sypiąc ostrożnie, aby się nie zrobiły grudki, dodać 2½ dk masła roztartego uprzednio do miękkości i wbić kolejno 2 jaja, ciągle starannie mieszając w jedną stronę.

W formę blaszaną wsypać łyżkę czubatą cukru, gdy się nad ogniem rozpuści i zrumieni, tak formą obracać, aby się wszystkie ściany powlokły karmelem. Kiedy obeschnie, włożyć masę jabłeczną, nakryć pokrywą i wstawić w rondel z gotującą wodą.

Gotować 50—60 minut. Wyjąć z formy, podawać na zimno, osobno dać do niego śmietankę, sok porzeczkowy lub wiśniowy.

LISTOPAD

CZERNINA

Na pół szklanki lekkiego octu spuścić krew z zabitej kaczki (gęsi, prosięcia). Z kości wołowych, włoszczyzny i podróbek z kaczki ugotować smaku 2 litry. Dobrze jeżeli do gotującego się rosołu dodać 5 dk słoniny.

Kiedy smak gotów, wsypać w krew łyżkę mąki, pół łyżki cukru, rozbierać, rozcierając gorącym rosołem, dobrać do smaku solą, cukrem, octem, zagotować ale krótko i ostrożnie, bo się łatwo warzy.

Ugotować wcześniej w krótkim sosie ¼ kg suszonych śliwek i tyleż suszonych gruszek, oraz 2, pokrajane w kawałki jabłka, wlać to do zupy. Niektóre gospodynie ugotowaną słoninę krają w kostkę i kładą również do wazy, inne wkładają do niej ugotowane na wodzie łazanki.

KACZKI W POTRAWIE

Kaczki oczyścić, natrzeć solą, pokrajać na ćwierci, ugotować z włoszczyzną, lejąc tylko tyle gorącej wody aby je pokryła. Kiedy zmiękną, rozetrzeć łyżką masła z łyżką mąki, rozprowadzić wywarem z kaczki, wlać osobno ugotowane 5 dk suszonych grzybków, posiekanych, wlać i smak z nich, dodać 1/8 l. śmietany W sos ten włożyć kaczki, zagotować. Potrawę podać na okrągłym półmisku w rancie w kaszy perłowej, ugotowanej na sypko.

ZRAZY ZE SZCZUPAKA

Oczyścić rybę, rozdzielić wzdłuż na dwa filety, usunąć ości, wybrać ości jak najwięcej, natrzeć solą, skropić cytryną. Z kg ryby zrobić 6 zrazów, nasmarować farszem, zwinąć, osypać tartą bułką, zrumienić na maśle, wlać w rondelek, zlać masło z patelni, wlać kilka łyżek rosołu lub bulionu, wsypać siekanej, zielonej pietruszki łyżeczkę, wcisnąć cytryny, raz i drugi zagotować.

FARSZ ROBI SIĘ NASTĘPUJĄCY

Utrzeć 3 cebule, przesmażyć w łyżce masła, nie rumieniąc, wsypać w to łyżkę tartej bułki, wbić jajko, posolić, popieprzyć, smarować zrazy, zwijać.

GALARETA Z POMARAŃCZY I WINOGRON

Wymoczyć 7—8 listków żelatyny w szklance zimnej wody, wyjąć, z lekka odcisnąć, włożyć w szklankę ukropu, rozpuścić, ostudzić, wcisnąć sok z trzech sporych pomarańczy i ½ cytryny, wsypać cukru do smaku, około 10 dk. Ogółem powinno być płynu ½ litra, dolać kto chce kieliszek rumu. W salaterkę wsypać 2—3 szklanki jagód winogronowych, zalać galaretką, oziębić.

GRUDZIEŃ

ZUPA MIGDAŁOWA

Dwadzieścia dk migdałów słodkich w tym 4—5 gorzkich, sparzyć, obrać, zemleć w maszynce do migdałów. Sparzyć migdały dwoma litrami mleka, wymieszać, gdy postoi 15—20 minut przecedzić przez płótno, wycisnąć, mleko zasypać 10 dk cukru, w wazę włożyć ryż ugotowany na sypko na mleku, bez soli, 10 dk rodzynków korynckich, pół łyżeczki cynamonu mielonego, zalać zupą na wydaniu.

W lecie można tę zupę podawać na zimno, na wigilię dajemy ją na gorąco.

RYBY SMAŻONE

Sandacza, szczupaka, lina itp. oczyścić, rozpłatać wzdłuż na pół, usunąć ości, natrzeć solą, skropić cytryną, niech poleży godzinkę. Wytrzeć do sucha serwetką, pokrajać na kotlety, utarzać w mące, posmarować jajkiem, osypać tartą bułką, smażyć na maśle na dobrze rumiany kolor.

Podawać do niej kapustę kiszoną, ugotowaną na smaku z suszonych grzybów.

GRZYBY SUSZONE SMAŻONE

Grzyby suszone duże, ugotować, użyć smaku do kapusty lub na zupę, każdy grzyb utarzać w mące, posmarować jajkiem, osypać suto bułeczką, zrumienić z obu stron na maśle. Na każdym grzybku położyć trochę struganego chrzanu, podawać na przekąskę.

NALEWKA NA JARZĘBINIE

Przemarzłe jagody jarzębiny, podpiec w piecu na blasze, zalać 45% wódką tyle, aby jagody pokryła i zostawić w spokoju na 2 miesiące. Zlać, ewentualnie przecedzić, nie słodzić.

LIKIER PERSICO

Zmieszać litr spirytusu z litrem syropu zrobionego z kg cukru z wodą, zalać tym 10 dk tłuczonych gorzkich migdałów; kawałek cynamonu, potrzymać w pokoju 3—4 dni, zlać z wierzchu co się zostało, resztę przefiltrować.

ZAPASY NA ZIMĘ

PIWNICA

Wszelkie zapasy zimowe opłacają się tylko wówczas, jeżeli są starannie przemyślane co do ilości i jakości, umiejętnie przygotowane i odpowiednio przechowane. Część zapasów przechowujemy w śpiżarni, część zaś w piwnicy. Przed ustawieniem produktów w przechowalniach, należy tak śpiżarnię jak piwnicę starannie oczyścić z pozostałych zeszłorocznych resztek, w których gnieżdżą się bakterie.

Piwnica powinna być sucha, przewiewna i mieć okna dające się starannie zamknąć na czas mrozów.

W rogach robimy z desek zagrody na warzywa, z jednego boku umieszczamy skrzynię zamykaną na kłódkę na wina itp. rzeczy cenniejsze. Dalej podsypany dość grubo piasek do układania butelek. Po drugiej stronie drągi drewniane do umieszczania baryłek nie bezpośrednio na ziemi. Półki na słoiki, haki w sklepieniu do wieszania słoniny itp. uzupełniają piwnicę.

W śpiżarni ustawiamy część słoików na prędsze użycie, każdy słoik opatrzony w wyraźny napis.

Ziemniaki zsypywane do piwnicy winny być zupełnie suche, nie dotykać wilgotnych ścian, o ile zaś podłoga w piwnicy jest mokra, ustawić na niej pod ziemniaki drewniane rusztowanie.

Buraki i brukiew przesypuje się obficie piaskiem, marchew układa rzędami raz w tę, raz w drugą stronę, dając tyle piasku, aby się ze sobą nie stykała. Pietruszkę układa się tak samo, jeżeli jest posadzona w piasku pionowo zaczyna wyrastać i psuć się. Przeciwnie pory i selery ustawiamy w piasku w pozycji, w jakiej rosły.

KWASZENIE KAPUSTY

Na 180—200 główek kapusty bierzemy 80—100 dk soli. Uszatkowaną kapustę układa się w beczki bezwzględnie czyste, przesypując solą, kawałkami drobno pokrajanej marchwi i koprem w ziarnie Upychać rękami, przycisnąć denkiem

drewnianym, obciążyć kamieniem. Gdy się po kilku dniach zacznie burzyć, zdjąć, denko i kamień obmyć, kapustę przebić aż do dna kilka razy drewnianym kołem i zostawić odkrytą przez kilka dni w celu dania ujścia goryczy. Następnie okryć czystym płótnem, na nim położyć denko, znów dać kamień.

Biorąc do użytku, trzeba zawsze spłukać płótno, denko i kamień i zebrać z wierzchu szumowiny. W razie potrzeby, gdyby było mało soku, dolać osolonej, przegotowanej wody.

OGÓRKI Z OCTEM

Ułożyć w beczułce ładne, jędrne, równej wielkości ogórki, przekładając liśćmi dębowymi, wiśniowymi, porzeczkowymi i winogronowymi, kawałkami chrzanu i paru ząbkami czosnku.

Do zalania wodę przygotowujemy w zależności od ilości ogórków, biorąc na 10 litrów wody szklankę średniej mocy octu, dodać szklankę 45% wódki w dobrym gatunku, wsypać kg soli, zagotować. Beczułkę zabić denkiem, przez otwarty szpunt zalać ukropem, zakorkować, nazajutrz odetkać, dopełnić wodą gotującą do pełna, bo poprzednia wsiąkła w ogórki i częściowo w drzewo. Zaszpuntować, zasmołować. Będą smaczne i trwałe.

POMIDORY W BUTELKACH

Dojrzałe pomidory rozgotować, przefasować, poddusić jeszcze aby zgęstniały, napełnić jeszcze mocno ciepłymi mocne butelki po winie lub słoiki do sterylizowania, zakorkować (nie napełniać do samej góry), obwiązać papierem pergaminowym mocno, aby korków w czasie sterylizowania nie wysadziło, wstawić w kociołek z dobrze ciepłą wodą, przełożyć od dna i między butelkami sianem, gotować, licząc od zagotowania minut 40.

Przechowywać w suchym, chłodnym miejscu.

CHRZAN SUSZONY

Umyte, osuszone i oskrobane korzenie, pokrajać lub nastrugać cienko, podsuszyć w piecu nie gorętszym niż 40 st. C., utłuc drobno, przesiać, zsypać w suche butelki, szczelnie zakorkować.

Używać na sos, zupę itp.

SUSZENIE SZCZAWIU, SZPINAKU, KOPRU, PIETRUSZKI

Do suszenia bierzemy listki młode, świeże, przemyte, obeschnięte z wody, oczyszczone z łodyżek. Suszymy rozsypane na czystym papierze na letnim piecu, albo lepiej na słońcu, które nie tylko nie odbierą surówkom wartości, ale wzmacnia ich znaczenie witaminowe.

FASOLA ZIELONA, SUSZONA

Fasolę w strączkach oczyścić, pokrajać jak łazanki, gotować 10 minut w dobrze osolonej wodzie, odcedzić, obsuszyć w letnim piecu.

ZIELONY SUSZONY GROSZEK

Wyłuskany groszek przesypać obficie cukrem-pudrem, a gdy puści sok, poddusić kilka minut bez podlewania wody, ciągle mieszając. Gdy sok zupełnie odparuje, wysypać proszek na blachę, obsuszyć w letnim piecu.

Suszone jarzyny namoczyć na noc w zimnej wodzie i w tej samej gotować.

RYDZE MARYNOWANE W GALARECIE

Wymyte i przebrane drobne rydze włożyć w rondel, wkrajać na każdy kg rydzyków 3 cebule, przykryć, z lekka posolić i dusić bez wody aż wytworzony sok wyparuje, wlać octu tyle, aby pokryło, niech się razem 5 minut pogotuje. Zlać w słoje, zawiązać. Po dwóch tygodniach, jeżeli ocet wsiąknie, dolać.

GRZYBY MARYNOWANE

Młode białe borowiki z krótko przyciętymi korzonkami obgotować w lekkim, osolonym occie. Wlać w wazę, niech postoją do drugiego dnia. Wymyć je w tym occie, osączyć, ułożyć w słoiki kapeluszami do wierzchu. Przegotować świeży ocet, biorąc na litr 5 goździków, 2 listki bobkowe, kawałek chrzanu, 10 ziarn pieprzu, 10 ang. ziela, łyżeczkę od kawy soli, przestudzić, zalać zimnym grzybki.

BORÓWKI SMAŻONE

Przebrać starannie 4—5 litrów borówek, sparzyć ukropem, dolać gdy ostygnie, zimnej wody, wymyć, odcedzić. Wsypać w rondel, dodać ½ kg cukru, 8 pokrajanych na ćwiartki jabłek i tyleż gruszek, gdy się jabłka rozgotują a gurszki będą miękkie ostudzić, kłaść w słoje.

Kto lubi, może zrobić słodsze, dając na tę proporcję kg cukru i dla zapachu laskę cynamonu.

ŚLIWKI W OCCIE

Dojrzałe węgierki obetrzeć z barwy, nakłuć drewienkiem w 3—4 miejscach.

Na kg śliwek zrobić syrop z 30 dk cukru, szklanki mocnego octu i szklanki białego wina. Śliwki w wazie sparzyć z syropem, na drugi dzień odlać, zagotować, znów sparzyć, na trzeci dzień zlać powtórnie, włożyć kawałek cynamonu długi 8—10 cm, jeżeli płynu bardzo ubyło, dodać trochę octu i wina, zagotować, wrzucić śliwki, niech się krótką chwilę pogotuje, ale ostrożnie aby skóra nie popękała.

Uważnie zlewać w słoiki.

KONFITURY

Na konfitury bierzemy owoce świeże, przebrane, umyte, osuszone na sicie. Żeby się dobrze konserwowały muszą być dobrze dosmażone w dużej ilości cukru. Syrop robimy najpierw biorąc na kg cukru 2 szklanki wody, zszumować. Smażyć w szerokiej płaskiej misce mosiężnej lub lepiej aluminiowej. Na syrop wrzucamy owoce i smażymy, szumując, aż się zaczną robić jakby przezroczyste.

Ponieważ mocno wysmażone w gęstym syropie owoce mają skłonność do scukrowania, zapobiegamy temu, dolewając do syropu pod koniec smażenia, na każdy kg cukru 10—15 dk syropu ziemniaczanego.

Przeciwko fermentowaniu dają niektóre gospodynie na każdy litr konfitury pastylkę benzoesanu sodu (lub proszek). O ile konfitura służy na codzienny użytek, należy tego sposobu zaniechać, zwłaszcza np. do marmolad dla dzieci, jest to bądź co bądź środek chemiczny, przeciwfermentacyjny, który w większej ilości źle może wpłynąć na trawienie. Lepiej użyć benzoesu rozpuszczonego w ciepłej wodzie do przepłukania słoika, przemycia opakowania.

Maliny, truskawki, wiśnie, porzeczki smażymy tak samo. Nie smażyć za długo, bo twardnieją.

MARMOLADY

Najpraktyczniej robić marmolady z owocu oczyszczonego, zmielonego w maszynce. Dobre są truskawki, agrest niedojrzały, rabarbar, jabłka, udusić do zgęstnienia i dopiero wtedy dodać na każdy kg owocu ¾—1 kg cukru, poddusić trochę. Zapakować. Dawny zwyczaj smażenia od razu z cukrem powodował częste przypalanie.

DŻEMY

Są czymś pośrednim między konfiturą a marmoladą.

Do syropu przygotowanego jak na konfiturę z 2 kg cukru, 20 dk syropu ziemniaczanego i 2 szklanek cukru kładziemy owoce całe lub w kawałkach i smażymy aż się zaczną rozpływać. Owocu w syrop wsypać, ile się zmieści. Po usmażeniu można dżem pozostawić jak jest, z kawałkami owocu, albo na gorąco przetrzeć przez cedzak (durszlak).

ŻUR ŻYTNI

Dwie szklanki mąki żytniej razowej rozmieszać z wodą, dodać łyżkę żuru z poprzedniego zakwaszenia albo kawałek kwaśnego chleba, zlać w kamienny słój. Płynu nad mąką powinno być na 3—4 palce. Zawiązać dziurkowanym papierem lub gęstym tiulem, niech postoi w ciepłej kuchni 3 dni. Zlewać z wierzchu. Lepiej zakwaszać mało a często niż przekisić.

BARSZCZ KISZONY

Oczyścić buraki pokrajać w grubą kostkę, włożyć w słój, na kg buraków wlać 6 szklanek ciepłej wody i włożyć skórkę z chleba kwaśnego, okryć słój tiulem lub papierem podziurkowanym, postawić w cieple na okres około tygodnia. Kiedy przejdzie fermentację, zlać w gąsiorek, wynieść na chłód. Na tych samych burakach przeprowadzić powtórną fermentację, oba barszcze zmieszać, pozlewać w butelki, zakorkować, trzymać w chłodnej spiżarni lub suchej piwnicy.

Kwas taki jest zdrowszy do przygotowania barszczu na zupę, niż ocet.

ŚWIEŻE I DOBRE MASŁO

Oby otrzymać dobry gatunek masła, zwrócić uwagę trzeba, aby zmaślanie odbywało się prawidłowo i aby śmietana zawarta w mleku całkowicie była wykorzystana.

Główną rolę przy zmaślaniu odgrywa gatunek śmietany, ilość zawartego tłuszczu, stan zakwaszenia i temperatura śmietany i otoczenia w czasie wyrobu masła.

Przeciętnie wyrabia się masło od około godziny. Obecnie wyrabia się masło przeważnie z kwaśnej śmietanki, gdyż masło jest smaczniejsze i trwalsze i wydajność jego procentowo wzrasta.

Tłuszczu w śmietanie powinno być od 20 do 24%. — Stopień zakwaszenia śmietany można sprawdzić zanurzając łyżkę

drewnianą do śmietany, zmoczoną przed tym w zimnej wodzie, po wyjęciu jej, śmietana powinna spływać równo po całej łyżce, to dowodzi, że śmietana jest przekwaszona, jeśli ukażą się pęcherzyki powietrza to znak, że śmietana jest niedokwaszona. Masło z takiej śmietany jest nietrwałe i bez smaku. Do wyrobu masła powinna być temperatura masła i otoczenia od 10° do 14°C. Gdy jest za ciepło, masło trudno się skleja. — Jeśli śmietana jest bardzo kwaśna, wtedy wymaga większej temperatury. Zbyt krótkie zmaślenie zdarza się rzadko, bywa przyczyną za tłusta śmietana, lub za wysoka temperatura. Po wyjęciu masła z maślnicy opłukuje się je z maślanki, nie wygniatając, aby się nie dostała do masła. W razie braku dobrej wody, zostawia się masło w chłodnym miejscu na godzinę aby ociekło, a następnie zaczyna się je wygniatać. Do wygniatania masła nadaje się stolnica pochyła po której z łatwością ścieka woda. Masło wygniata się drewnianym wałkiem o powierzchni karbowanej.

ABY MLEKO NIE SKWAŚNIAŁO

Latem, aby mleko nie kwaśniało dodaje się do naczynia z mlekiem kilka kropli soku z wyciśniętego utartego chrzanu.

PRZECHOWYWANIE MIĘSA W LECIE

Na wsi, gdy się nie ma lodowni, a trzeba zrobić zapas mięsa na kilka dni można je przechować zawinąwszy w serwetkę umaczaną w kwaśnej serwatce, lub też w zsiadłym mleku. Można też ułożyć mięso do słoja szczelnie zamkniętego i zalać słoną wodą, przegotowaną i ostudzoną. Uważać aby mięso na wierzchu zalane było płynem. — Bierze się na litr wody 1½ łyżki soli. Trzymać w chłodnym miejscu.

BIAŁKA JAJ KURZYCH

Białka są też środkiem leczniczym, na ranki powstałe wskutek oparzenia nie ma lepszego i szybciej działającego środka. Świeżym surowym białkiem smaruje się rankę, schnie prędko, tworzy powierzchnię, która nie dopuszcza powietrza, czem przyśpiesza gojenie się oparzenia. Białko ubite działa chłodząco przy zapaleniach kiszek i dezynterii. Białko rozbite w przegotowanej wodzie z dodatkiem cukru, tworzy napój wzmacniający, który działa znakomicie przy zaburzeniach żołądkowych oraz powstrzymuje wymioty.

PRANIE I PRASOWANIE

Zanim przystąpimy do omawiania sposobu prania, zaznaczyć musimy, że nie należy nigdy brudzić bielizny aż do utraty właściwego koloru. Zbyt długie noszenie doprowadza do przetłuszczenia i przepocenia, bielizna musi być mocniej tarta, co bardzo niszczy bieliznę. — Bieliznę po zdjęciu należy przechowywać w przewiewnych koszach, albo workach, żeby powietrze miało dostęp. Poszewki, podpinki od kołder, jaśki — powinny być przed praniem wyczyszczone po lewej stronie, gdyż włókna z kolorowych wsypek ścierają się i farbują bieliznę. — Ważną rzeczą jest moczenie bielizny przed praniem, co bardzo ułatwia rozpuszczenie brudu. — Poza tym bieliznę musimy prać w odpowiednio miękkiej wodzie, gdyż woda „twarda“ ma w sobie dużo wapna i nie rozpuszcza mydła. Najlepszą wodą do prania jest woda deszczowa, która nie zawiera cząstek mineralnych i znakomicie rozpuszcza mydło. Powinno się ją zbierać w czasie deszczu do czystych beczek i przechowywać do prania. — Dla zmiękczenia twardej wody używać można różnych środków, jak np.: sody kalcynowanej, sody zwykłej, bielidła i boraksu. Boraksu jako środka kosztownego, używamy jedynie do delikatnych tkanin, działanie jego jest znakomite. Pamiętać trzeba, że nadmiar zmiękczających środków, może raczej zaszkodzić, jak pomóc, trzeba więc przy użyciu zachowywać umiar.

W dużych miastach można się dowie-

dzieć w magistracie, jaka jest trwałość wody, na wsi musimy sobie radzić mniej więcej, na zgadywanego, najlepiej raz wypróbować. Wodę najlepiej na noc zaprawiać sodą, a rano zlać ją z osadu, który się na dnie wytworzy. Na próbę najlepiej wlać do miski, a jeszcze lepiej słoja, 4 litry wody, wsypać sody 10 gramów, wypróbować czy woda miękka i dobrze się mydli i dodować po łyżeczce od kawy w razie potrzeby. Raz wypróbować i przerachować ile będzie potrzeba na kubełek, którym stale czerpiemy wodę.

Bielidło zaleca się specjalnie do wody żelazistej. — Przy kupnie gotowych środków zmiękczających, należy nabywać preparaty pochodzące z pewnych źródeł i przy użyciu ich stosować się bezwzględnie do wskazówek, podanych przez firmę. — Zmiękczając wodę trzeba pamiętać, że użyte preparaty muszą być zupełnie rozpuszczone w wodzie, zanim zamoczymy bieliznę. Nie wolno najpierw mydlić bielizny, a potem dopiero dosypywać środków zmiękczających, gdyż w tym wypadku mydło nie rozpuści się wcale, natomiast na bieliźnie pozostaną tłustawe smugi, które usunąć można gotując w wodzie z octem. Po przygotowaniu zmiękczonej wody — moczymy w niej bieliznę, segregując na czyściejszą i brudniejszą, delikatniejszą i mniej delikatną. Brudniejszą bieliznę staramy się namoczyć oddzielnie, jeśli jednak nie mamy możności zrobić tego, układamy ją w wannie w ten sposób, aby czyściejsza ułożona była w głowach, a brudniejsza przy samym otworze spustowym, tak, aby brud nie przechodził przez czyściejszą, a bezpośrednio spływał do otworu.

Plamy z atramentu i rdzy przed praniem usunąć gorącym roztworem kwasku cytrynowego lub solą szczawikową, używając ich na zmoczoną bieliznę, suchą bowiem niszczą, zbutwiałe plamy, niewielkie i świeże, usunąć można, biorąc łyżeczkę soli, z łyżką amoniaku. — Do namoczenia brać wodę letnią, każdą sztukę bielizny namoczyć, natrzeć kawałkiem mydła w dobrym gatunku, i sztuka po sztuce układać w wannie, pozostawiając w niej na całą noc. — Mydło, używane do prania powinno być w dobrym gatunku, najlepiej wcześniej kupione i przesuszone, aby nie rozmazywało się przy tarciu. — Używanie amoniaku, nafty i terpentyny przyczynia się do żółknięcia bielizny, leżącej później w bieliźniarce, chlorek, chociaż ładnie bieli, daje bieliźnie sinawy odcień. Bielizny po namoczeniu nie wolno kłaść zaraz do gotowania, trzeba przede wszystkim spłukać dobrze w wodzie, w której się moczyła, potem przełożyć na balię do ciepłej, zmiękczonej poprzednio wody i prać. Używanie tarek nie jest tak bardzo szkodliwe, gdyż i bez nich bieliznę przy praniu trzeba trzeć, uważać jednak musimy na obfite mydlenie, gdyż nadmydlony materiał zsuwa się gładko po tarze, nie niszcząc bielizny. Jeżeli woda jest brudna, po pierwszym praniu, bieliznę należy jeszcze raz wyprać, poczem kładziemy każdą sztukę oddzielnie, dobrze namydloną, do kotła z wodą rozmiękczoną i dobrze rozmieszaną, zaledwie letnią i stopniowo gotujemy, nie dłużej jak 15 do 20 minut, (dłużej można gotować w wypadku, gdy bielizna pochodzi z chorego zakaźnie, gdyż gotowanie jest zarazem świetnym środkiem dezynfekcyjnym). Kocioł do prania powinien mieć podwójne dno, drugie dziurkowane, które jednak można zastąpić kładką z drewienek ułożonych na krzyż i nie farbujących, emaliowanej pokrzywy lub talerza fajansowego, co zabezpiecza od przepalenia bielizny. Kolory zamiast gotowania można płukać w gorącej wodzie, bez dodatków — jeśli miękka, do twardej dodać boraksu.

Po gotowaniu, bieliznę wyłożyć na balię, po przestygnięciu przeprać w tej samej wodzie, potem płukać w gorącej i jeszcze raz w zimnej. Zimnej wody zaraz po gotowaniu nie stosujemy dlatego, gdyż raptownie oziębione mydło osiada na bieliźnie.

Dobrze jest płukać bieliznę w wannie, gdyż mamy wtedy pod dostatkiem wody, po spłukaniu — pozostawić bieliznę w czystej, zimnej wodzie na noc i dopiero nazajutrz farbkować i krochmalić. Kolorów nie moczymy. W wodzie, która pozostaje po pierwszym praniu — można uprać skarpetki, chodniki itp., po czym balię starannie wyszorować. — Pranie bielizny grubszej można wykonać w sposób następujący, praktyczny i oszczędny: 10 litrów wody miękkiej, 1 kg nastruganego mydła — rozgotować, wlać do balii z 50 litrami wody ciepłej, rozmieszać dokładnie, gdy będzie lekko ciepła wlać 3 łyżki czystej terpentyny i 3 łyżki amoniaku, namoczyć w tym brudną bieliznę na noc. Następnego dnia prać w tej samej wodzie bieliznę, potem drugi raz w letniej wodzie, która może być zmiękczona sodą, namydlając specjalnie zabrudzone miejsca, potem płuczemy w czystej wodzie i zostawiamy w zimnej na całą noc. Teraz pozostaje nam farbkowanie, do którego używamy ultramaryny, zsypanej do woreczka, zrobionego najlepiej z barchanu lub flaneli. Do farbki należy dosypać soli w stosunku $^1/_2$ — $^1/_2$, woreczek zanurzyć w gorącej wodzie i tę wodę zlać do balii. Ponieważ farbka ma skłonności do opadania na dno, trzeba wodę ciągle od dna mieszać, aby bielizna farbowała się równo. Na 5 wiader wody liczymy dwie łyżki farbki. Farbować bieliznę po jednej sztuce i zaraz wyżymać i strzepywać. Jeżeli bielizna wyciągnie farbkę, trzeba znów trochę dodać. Po wyschnięciu ufarbkowana bielizna wydaje się mniej niebieska, jednak za mocno farbkować nie trzeba, bo to wygląda nieładnie. Do wody z farbką możemy od razu dodać krochmalu, którego bierzemy $^1/_2$ kg do 125 — 150 szt. bielizny. Po starannym rozmieszaniu w niewielkiej ilości wody, wlewamy do 20 litrów gotującej wody, nie dopuszczając do zagotowania, odstawiamy i mieszamy dokładnie, aby nie było grudek. Po zgęstnieniu wlewamy do balii z ciepłą wodą i mieszamy ciągle. — Bielizny trykotowej, chustek i bielizny spodniej nie krochmalimy wcale. — Do sztywnej męskiej bielizny używamy krochmal ryżowy, do zwykłej — pszenny. Jeżeli kto woli sztywniejszą bieliznę, może używać więcej krochmalu, niż podano wyżej. — Kolorowe tkaniny są wrażliwsze i dobrze je prać w płatkach mydlanych, albo w rozgotowanym mydle marsylskim. Batysty dobrze się piorą w wodzie z tartymi ziemniakami. Perkaliki, na ciemnym tle, prać trzeba w letniej wodzie mocno osolonej, w ostatecznym wypadku mydłem, a płukać w wodzie z ałunem. Do ciemnych kolorów zamiast krochmalu używać żelatyny, która nadaje się również do markizet, etamin itp. Na sukienkę zużyć 5—6 listków żelatyny, namoczonej w zimnej wodzie i dopiero potem rozpuszczonej w gorącej, bez gotowania. Różowe tkaniny, wyblakłe, można podbarwić, dodając do płukania czerwonego atramentu, albo po upraniu namoczyć w gotowanej, chłodnej, kwaśnej serwatce. Lila kolor — wypłukać w ługu, żółty — prać w mydle jajecznym. Zielony, niebieski i czerwony — płukać w kwasku cytrynowym, lub occie.

Stołową bieliznę lnianą szarą, łączoną z kolorami czerwonym lub granatowym — normalnie prać i gotować. Bawełny kolorowe prać bez gotowania, płukać w occie, brudniejsze sztuki namoczyć — każdy kolor osobno — w Radionie, lub Persilu, rozpuszczonym w chłodnej wodzie, pozostawiając w niej na godzinę, potem dolać troszkę ciepłej i płukać w wodzie letniej, a potem w zimnej z dodatkiem kwasku cytrynowego lub octu.

Zapuszczoną, przeżółkłą bieliznę można wybielić w lecie w następ. sposób: do 25 litrów miękkiej wody wlać 4 łyżki benzyny, 4 spirytusu, wypłukać w tym bieliznę i bez wyżymania mieszać na słońcu. Zabieg ten można powtórzyć. — W czasie zimy — przyżółkłą bieliznę przesypać mocno śniegiem, ubić i zostawić na noc, aby śnieg

nie stopniał. Zabiegi te stosujemy przed krochmaleniem. Jeżeli chcemy do wybielania użyć chlorku, co jest jednak bardzo dla bielizny szkodliwe, należy 1/8 kg chlorku zmieszać z łyżką sody oczyszczanej i rozpuścić w 3 litrach zimnej wody, po czym zlać do gąsiora, mocno zakorkować i pozostawić w ciemnym miejscu przez całą dobę. Do użycia — zlewamy płyn z nad osadu, przecedzamy przez barchan i wlewamy do 18—20 litrów zimnej wody, w której moczymy przez 30 minut wypłukaną bieliznę. Po moczeniu bieliznę dobrze spłukać w kilku zimnych wodach, nigdy w gorącej. Do płukania po użyciu chlorku można brać środek, sprzedawany w składach aptecznych, t. zw. antichlor, który rozpuszcza się w zimnej wodzie (30 gr na kubeł wody). Dobrze jest namoczyć w nim bieliznę, po wypłukaniu, na pół godziny, po czym znów wypłukać. Chlorku nie wolno w żadnym razie używać do wybielania wełen i jedwabiu.

Przed wieszaniem bielizny na sznurach trzeba pamiętać, aby je wytrzeć wilgotną ściereczką. Klamry, przytrzymujące bieliznę, wieszaną na odkrytym powietrzu, pozostawiają znaki, trzeba więc pod nie podkładać kawałki czystego płótna. Drobiazgi wieszać związane parami, aby wiatr ich nie rozwiał. Przed zabezpieczeniem od kurzu i sadzy, należy bieliznę przykrywać rzadkim materiałem. Dla zabezpieczenia bielizny od zamarznięcia zimą można do wody przy płukaniu dodać dużą garść soli.

Do magla trzeba składać bieliznę jeszcze wilgotną, gdyż lepiej się układa i łatwiej prasuje. Guziki powinno się właściwie odpruwać, gdyż przeważnie łamią się w maglu, (jak również i przy przepuszczaniu przez wyżymaczkę) — jeżeli jednak pozostawiamy je — należy ułożyć płasko pod wałek. Serwetki, chustki i większe sztuki należy przeciągnąć raz na krzyż, a potem wzdłuż, żeby włókna wróciły do normalnego kierunku. Obręby i kanty rozprostować, rękawy płasko rozłożyć. Zbyt wysuszoną bieliznę przed składaniem skropić specjalnym kropidełkiem. Firanki, bluzki, kołnierzyki i mankiety nie podlegają maglowaniu. Bieliznę trzeba maglować wolno raz wzdłuż, potem wszerz każdą sztukę, żeby się wszędzie jednakowo wyciągnęła. Niektóre sztuki bielizny, jak np. chustki, prześcieradła i ręczniki, po dobrym maglowaniu można pozostawić bez prasowania, przeciągnąć tylko żelazkiem zewnętrzny skład z monogramem. Przy prasowaniu pamiętać trzeba, że żelazko musi być bardzo gorące. Jeśli bielizna przykleja się do niego, to dowód, że za mało rozgrzane, nie może jednak palić bielizny. Miejsca przepalone wytrzeć natychmiast czystym gałgankiem, umaczanym w wodzie z boraksem. Żelazko przed użyciem obejrzeć, czy jest czyste, ewent. rdzę, lub resztki krochmalu przetrzeć glaspapierem, albo przemyć naftą, dla przywrócenia gładkości — gorące przetrzeć stearyną zawiniętą w płótno, potem dobrze wytrzeć gałgankiem, żeby nie plamiło. Jeżeli odstawiamy na dłużej żelazko, wyrzucamy duszę, aby nie przepalała żelazka. Duszy w ogniu nie przetrzymywać długo, gdyż niszczy się i staje się coraz cieńsza. — Używać możemy różnych żelazek: na letnisku i w podróży najodpowiedniejsze będzie żelazko spirytusowe, w mieście elektryczne, przy których uważać trzeba, żeby się nie przegrzewały, do prasowania obrusów, prześcieradeł itp. najlepsze są żelazka węglowe, do sztywnej bielizny — kute z duszami, o zaokrąglonym końcu. Znakomite są również ciężkie żelaza, grzane bezpośrednio na gazie. Szerokie sztuki bielizny prasować na stole, wąskie i sztywną bieliznę — na desce (szer. 40—45 cm., dług. 175 do 200 cm.). Potrzebna jest równie składana deseczka do prasowania rękawów. — Deska do prasowania powinna być obita suknem, albo wojłokiem i obszyta płótnem, na wierzch przy prasowaniu — podkładamy maglownik, lub czyste płótno. Stół do prasowania musi być również zakryty jakimś kocem,

specjalnie już na ten cel przeznaczonym, potem kładziemy magiownik, lub stare prześcieradło. Najtrudniejsza do prasowania jest męska bielizna, która musi być przede wszystkim odpowiednio ukrochmalona. Używamy przeważnie krochmalu ryżowego, i t. zw. krochmal „brylantowy", który rozpuszcza się w zimnej wodzie (10 dkg. na litr wody), po rozpuszczeniu powinien stać przez godzinę, a przed użyciem musi być dobrze przemieszany. Ryżowy krochmal rozpuszcza się tak samo, lecz dolewamy jeszcze do niego rozpuszczony w szklance ukropu, na następnie przestudzony, boraks, w ilości 1 łyżeczka od herb., z dodatkiem łyżki gliceryny. Dla wywołania specjalnego połysku można zaopatrzyć się w preparaty sprzedawane w tym celu w drogeriach i mydlarniach.

PRZYWRÓCENIE BIAŁOŚCI ZŻÓŁKŁEJ BIELIŹNIE

Po wypraniu bielizny należy wlać do wody, w której się płucze, małą łyżeczkę terpentyny, co nadaje bieliźnie pozór nowości, zwłaszcza jeśli się ją farbuje ultraminą.

PRANIE RZECZY WEŁNIANYCH

Rzeczy wełniane piorą się w kartoflach lub otrębach z dodaniem zimnej wody. Po wypłukaniu nie trzeba ich wyżymać, lecz wytrzepać i mokre jeszcze wymaglować, prasować po lewej stronie.

PRANIE BIAŁEJ WEŁNY

40 deka mydła rozgotować w 4 litrach wody, gdy ostygnie przecedzić i wylać na balię trzecią część przygotowanej wody. Zamoczyć wełnę i prać, lekko wyciskając, gdy woda się zbrudzi zlać ją i nalać drugą część mydlin i znowu prać. Trzecią część mydlin rozrobić wodą zimną, dodać farbki i przeprać lekko wycisnąć, nie wyżymać, roztrzepać i powiesić w cieniu. Gdy przeschnie trochę — zmaglować i przez płótno uprasować.

PRANIE RZECZY WŁÓCZKOWYCH

Szaliki, chusteczki, sweterki włóczkowe pierzemy w zimnej wodzie z rozbitym mydłem, maczając i wyciskając z wody kilka razy. Gdy mydliny brudne zmienić wodę kilka razy. Do ostatniej zamydlonej wody dodać nieco farbki, następnie wycisnąć, roztrzepać dobrze i ułożyć na stoliku przykrytym płótnem, zostawić, aż wyschnie.

PRANIE W OTRĘBACH

Pszenne otręby zaparzyć wrzątkiem, rozcierać łopatką, aż masa zbieleje i nacierać nią jak mydłem przeznaczone do prania rzeczy. Następnie wypłukać w zimnej wodzie i nie wyciskać, roztrzepać i powiesić w cieniu, aby przeschły, lub wycisnąć przez prześcieradło i zaraz maglować. Wełniane rzeczy najlepiej jest prać tym sposobem.

PRANIE KOLOROWYCH KRETONÓW

Kolorowe kretony piorą się w miękkiej i zimnej wodzie, mocno osolonej, a dla oszczędności krochmalić dopiero po wysuszeniu, gdyż tym sposobem wychodzi dużo mniej krochmalu. Kretony i muśliny najlepiej jest prać w otrębach i kartoflach podług podanych przepisów. Do płukania dobrze jest dosypać trochę ałunu.

PRANIE RÓŻOWEGO KOLORU

Po wypraniu w kartoflach lub otrębach pszennych zamoczyć daną rzecz w czystej, kwaśnej serwatce, przegotowanej i przestudzonej, a osiągniemy żywy różowy kolor. W razie potrzeby można do płukania dodać nieco czerwonego atramentu.

PRANIE KOLORU LILA

Po wypraniu rzeczy w lila kolorze w otrębach lub kartoflach wymoczyć w mocnym ługu, który podnosi piękność koloru.

PRANIE KOLORU ŻÓŁTEGO

Żółty kolor najlepiej się pierze w zimnej miękkiej wodzie, nacierając cały materiał żółtkami jaj zamiast mydła. Podbarwić można specjalną farbką do firanek.

PRANIE KOLORU ZIELONEGO, NIEBIESKIEGO I CZERWONEGO

Jeśli kolory te zbledną w praniu, można im przywrócić dawny kolor, dodając do wody, w której się płucze, kilka kropli kwasu cytrynowego, lub octu białego, aby woda była lekko zakwaszona. Do prania używać tylko mydła bez sody i bielidła.

PRANIE TIULÓW I HAFTÓW

Każdą większą sztukę złożyć w kilkoro i sfastrygować cienką bawełną. Następnie prać w letnich mydlinach, wyciskając bez żadnego tarcia. Jeśli haft bardzo jest zabrudzony, to wygotować go w świeżych mydlinach, położywszy na spód kociołka grubą warstwę starego płótna. Po kwadransie gotowania odstawić z ognia, ale nie wyjmować haftów, aż woda ostygnie. Następnie w tych mydlinach kilka razy haft zanurzać i wyciskać, aż będzie zupełnie biały, potem płucze się w zafarbowanej wodzie i lekko wyciska. Fastrygę przecinać nożyczkami, żeby wyciągając nie porozdzierać, następnie trzepać w ręku dopóty, aż pierwsza wilgoć wyjdzie, wtedy kłaść na miękkich ręcznikach, lewą stroną do góry i prasować gorącym żelazkiem.

Gdy się dobrze wygładzi po lewej stronie, nie zdejmując z deski skropić gotowanym rzadkim krochmalem i znowu prasować. Tak prasowany haft zachowa całą wypukłość.

PRANIE KORONEK

Ząbki i brzeżki koronek zebrać na nitkę, koronki owinąć na wałeczki, obszyte starym płótnem, okręcając je tak, aby ząbki były przykryte gładkim brzegiem następującego rzędu, namydlać te wałeczki i wycierać lekko w ciepłej wodzie. Następnie ułożyć w rondlu na podesłanym płótnie, nalać świeżymi mydlinami i gotować przez kwadrans, potem wytrzeć jeszcze parę razy w tych mydlinach i wypłukać w wodzie z małą ilością farbki. W końcu wycisnąć w suche płótno, odwinąć z wałeczków, wytrzepać i nawpół suche prasować.

PRANIE CIENKICH KORONEK

Owinięte na wałek koronki, naciera się mieszaniną złożoną z miodu, mydła i spirytusu. Wyciskając nalewać zimną wodą, następnie odwinąć je z wałka, przesunąć trzepiąc, rozesłać na miękkim i zamiast prasować przeciągnąć kilka razy kościanym nożykiem, co im nada glans i sztywność.

PRANIE CZARNEGO TIULU I KORONEK INACZEJ

Koronki i tiul można prać w ciepłej wodzie, następnie maczać w wołowej żółci i płukać w zimnej wodzie, dopóki zapach żółci nie wyjdzie, potem delikatnie wyciskać. Następnie trochę żelatyny rozpuścić w gorącej wodzie i po uprzednim wymoczeniu w zimnej, wyprane przedmioty, wycisnąć delikatnie, rozpiąć na stoliku przykrytym prześcieradłem i przeciągnąć gąbką maczaną w żelatynie, a po przeschnięciu — prasować przez bibułę.

PRANIE PIERZY

Wysypane pierze z poduszek napycha się do płóciennych worków, kładzie się do kotłów z wrzącymi mydlinami i przez godzinę gotuje często przewracając worek. Następnie przełożyć worek do wanny, nalać zimną wodą i wyżąć mocno i dwa razy jeszcze tak płukać, po czym pierze wysypać na prześcieradła w suchym miejscu, często przewracając aż do zupełnego wyschnięcia, wtedy wybijać je w beczkach

kijami, przebrać i nasypywać w poduszki. Najlepiej jednak czyści się pierze w maszynach odpowiednio urządzonych.

PRZYGOTOWANIE KROCHMALU W DOMU

KROCHMAL PSZENNY

Wziąć kilka garncy pszenicy, przemyć ją dobrze na przetakach, potem nalać wodą i moczyć tak długo, dopóki nie napęcznieje i nie popęka pszenica, a woda bielić się zacznie. Wtedy włożyć pszenicę do worka z grubego rzadkiego płótna, położyć w korycie i rozcierać ją w worku jak najmocniej rękami, albo udeptywać nogami, najpierw bez wody, następnie worek odwiązać, nalać wody, wymieszać ją z pszenicą rękami, wymieszać i znów udeptywać. Gdy wody zbierze się w korycie dużo, odlać ją do czystego naczynia, nalać na worek świeżej i znów udeptywać. To wygniatanie pszenicy i polewanie wodą powtarza się dopóki woda nie zacznie odchodzić czysta, a ziarno zupełnie się rozetrze i rozgniecie. Odlewając wodę z koryta trzeba ją cedzić przez płótno, żeby plewy z pszenicy nie dostały się do krochmalu. Ostatnią wodę zlać do osobnego naczynia, bo daje ona najpiękniejszy krochmal. Gdy już wygniatanie skończone, zostawia się wodę w naczynicah przez 34 godzin, potem zlewa się ostrożnie wodę żółtą, nalewa się świeżą, wymiesza się krochmal i zostawia się znów w spokoju na 24 godzin. To się powtarza dopóty, dopóki woda nie będzie zupełnie czysta. Po każdym zlewaniu wody zbiera się ostrożnie ciemną warstwę szarego krochmalu, o ile się ten nad czystym osadem zbiera, bo mógłby zabrudzić cały krochmal. Mąkę zaś samą, po zupełnym wymyciu wybrać na płachty, w których się wyciska z pierwszej wilgoci i suszy na wolnym powietrzu w cieniu, bo od słońca żółknie.

KROCHMAL Z KARTOFLI

Krochmal z kartofli używa się do krochmalenia gorszej bielizny. Opłókane dobrze kartofle, oskrobać i utrzeć na tarce, masę tę wziąć na przetaki, przelewać wodą nad naczyniem, mieszając i wyciskając dopóki czysta woda nie zacznie schodzić, wtedy zostawić ją, a gdy się ustoi zlać z wierzchu, a pozostały na dnie krochmal nalać małą ilością wody i rozbijać aż zupełnie zbieleje, dolać znowu wody, skłócić, przecedzić przez rzadkie sito i zostawić dopóki woda się nie sklaruje, wtedy znowu zlać ją z wierzchu i nalać czystą wodą krochmal i powtarzać to dopóki odlana woda nie będzie zupełnie czysta, a krochmal biały. Zlewając po raz ostatni wodę, trzeba szarą warstwę krochmalu ostrożnie zdjąć, a czystą mąkę wyłożyć na płótno, wycisnąć mocno i suszyć w przewiewnym miejscu.

KROCHMAL Z KASZTANÓW

Dojrzałe kasztany obrać z łupin, utrzeć na tarce, nalać wodą i wygnieść rękami, a następnie zostawić na całą noc. Nazajutrz ułożyć tę masę w płócienny worek, wygniatać ją, przelewając wodą, tak długo, aż woda nie będzie zupełnie czysta, co jest znakiem, że już nic mąki w kasztanach nie zostało, żadnej wody nie wylewać ale zlać. Scedzoną wodę zlać w czyste naczynie, a gdy się ustoi, ostrożnie zlać wodę i nalać świeżą. To powtarzać kilka razy, następnie czystą już mąkę ułożyć na deskach i wysuszyć w cieniu lub w ciepłym piecyku.

FARBOWANIE

Przystępując do przefarbowywania garderoby, trzeba się dobrze zorientować, z jakim gatunkiem materiału mamy do czynienia. Znaczna część tkanin jest specjalnie obciążona apreturą, która ma za zadanie nadanie materiałom pewnej mięsistości i elastyczności, której sama tkanina nie posiada. Toteż po wygotowaniu w farbie, czy to w domu, czy w zakładzie, zdarza się, że z grubej, mięsistej materii robi się nagle cienki, gniotący się, lichy materialik. Ma to często miejsce zwła-

…cza w tanich jedwabiach, które póki nowe zadziwiają nieraz swoim pięknym wyglądem. Dlatego zanim jakikolwiek materiał weźmiemy do farbowania trzeba w gorącej wodzie z mydłem sprać mały kawałek, żeby się przekonać jak materiał po gotowaniu będzie wyglądał.

Następnie trzeba zwrócić uwagę na fakt, że materiał miejscami wyblakły zawsze w tych miejscach będzie się nieco od reszty odróżniał, nawet zawodowe farbiarnie farbują takie rzeczy tylko na czarno, ponieważ czarnego koloru nie można dać za dużo i w końcu zawsze się udaje zabić wszystkie odcienie. Jednakże farbowanie na czarno posiada też swoje słabe strony, ponieważ żeby czarność była dobra, musi mieć głęboki cień, nie być ani rudawa ani burawa, co się nie zawsze udaje.

Najlepiej farbują się kolory jednej gamy barw, a więc niebieskie na granatowe, żółte na pomarańczowe, ceglaste i brązowe, różowe na czerwone, popielate na czarno.

Co do innych kolorów to musimy się z tym liczyć, że jasny kolor nie zabije ciemnego, tylko odwrotnie.

W jaki sposób dany kolor wpływa na kolor użyty do farbowania wskaże nam tabelka, podana na końcu niniejszego artykułu.

Z chwilą kiedy zdecydowaliśmy się jakąś sztukę garderoby ufarbować, należy przede wszystkim poczynić

przygotowania do farbowania

Jak najstaranniej wytrzepać i oczyścić garderobę z kurzu i koniecznie wywabić plamy. Nie wolno liczyć na to, że farbowanie je pokryje. O ile to możliwe popruć te szwy, w których materiał złożony jest w kilkoro, o ile zaś sztuka farbowana ma zostać przerobiona na inny fason, najlepiej popruć całkowicie, w szwach bowiem często bardzo farba nie przenika do głębi i tworzą się jasne smugi.

Materiał do farbowania musi być mokry, ponieważ tylko dobrze przemoczone włókno przyjmie równomiernie farbę.

PRZEBIEG FARBOWANIA

Przygotowywanie farby polega na ścisłym zastosowaniu się do przepisu. Samowolne wprowadzanie zmian jest zawsze ryzykowne. Każda farba ma pewne właściwości znane temu, kto je przygotowuje, toteż jego wskazówki muszą być skrupulatnie wykonane. Na kopertach zawierających barwnik jest zawsze podana ilość farby w stosunku do wody i wagi materiału. Na jedno musi farbujący zwrócić uwagę: aby naczynie było obszerne i materiał pływał swobodnie, gdyż przez ciasno upchany w rondlu źle farba przechodzi.

Najlepiej farbę przed włożeniem tkaniny przecedzić, żeby uniknąć pasów, które mogą wpłynąć na tworzenie się plam.

Farbować równocześnie lepiej tylko jeden gatunek tkaniny, gdyż innego natężenia farby wymaga np. wełna niż bawełna.

Materiały wełniane i jedwabne ładniej przyjmują ciemne barwy niż bawełniane, które farbują się lepiej na delikatne, pastelowe kolory, na czarny zaś bardzo trudno.

Po ugotowaniu w farbie zgodnie z przepisem, pozwalamy materiałowi w tejże farbie wystygnąć, a następnie starannie płuczemy. Ma to podwójne znaczenie, dobrze wypłukany materiał nie farbuje bielizny, a po wtóre przy schnięciu nie tworzą się na nim smugi. Do ostatniego płukania należy dolać octu lub cytrynowego kwasku, co utrwala barwę i chroni od zaciekania.

Materiałów nie należy mocno wyżymać, ale starannie z wilgoci wytrzepać, o ile się da wilgoć jeszcze wycisnąć gałganami, uderzając nimi na płask materiał, następnie zaś suszyć w ten sposób, aby dwie warstwy materiału nie stykały się ze sobą. Np. jeżeli farbujemy suknię, wsunąć w nią, o ile to możliwe, zniszczoną męską koszulę, spraną z krochmalu, przewlec przez rękawy, a następnie całość naciągnąć na sznur lub drążek i powiesić w miejscu, gdzieby mogło prędko przeschnąć.

Prasować wilgotne po lewej stronie, nie za gorącym żelazem, bo można nawet od lewej strony wyświecić.

Czerwona tkanina ufarbowana barwnikiem:

Niebieskim — otrzymuje kolor fioletowy,
Fioletowym — otrzymuje kolor czerwono-fioletowy,
Zielonym — otrzymuje kolor brązowy,
Żółtym — otrzymuje kolor pomarańczowy,
Brązowym — otrzymuje kolor czerwono-brązowy.

Niebieska tkanina ufarbowana barwnikiem:

Czerwonym — otrzymuje kolor fioletowy,
Fioletowym — otrzymuje kolor niebiesko-fioletowy,
Zielonym — otrzymuje kolor niebiesko-zielony,
Żółtym — otrzymuje kolor zielony,
Brązowym — otrzymuje kolor ciemno-brązowy.

Fioletowa tkanina ufarbowana barwnikiem:

Czerwonym — otrzymuje kolor czerwono-fioletowy,
Niebieskim — otrzymuje kolor niebiesko-fioletowy,
Zielonym — otrzymuje kolor marynarski,
Żółtym — otrzymuje kolor oliwkowy,
Brązowym — otrzymuje kolor ciemno-brązowy.

Zielona tkanina ufarbowana barwnikiem:

Czerwonym — otrzymuje kolor brązowy,
Niebieskim — otrzymuje kolor niebiesko-zielony,

Fioletowym — otrzymuje kolor marynarski,
Żółtym — otrzymuje kolor jasno-zielony,
Brązowym — otrzymuje kolor oliwkowo-zielonkawy.

Żółta tkanina ufarbowana barwnikiem:

Czerwonym — otrzymuje kolor pomarańczowy,
Niebieskim — otrzymuje kolor zielony,
Fioletowym — otrzymuje kolor oliwkowo-brązowy,
Zielonym — otrzymuje kolor jasno-zielony,
Brązowym — otrzymuje kolor żółto-brązowy.

Brążowa tkanina ufarbowana barwnikiem:

Czerwonym — otrzymuje kolor czerwono-brązowy,
Niebieskim — otrzymuje kolor ciemno-brązowy,
Fioletowym — otrzymuje kolor ciemno-brązowy,
Zielonym — otrzymuje kolor oliwkowy,
Żółtym — otrzymuje kolor żółto-brązowy.

PRAKTYCZNE WSKAZÓWKI

CZYSZCZENIE DYWANÓW

Dywany dobrze jest posypać listkami wilgotnymi herbaty i następnie zmiatać miotełką. Chcąc wyczyścić dywany wiszące, należy maczać miotełkę w zimnej wodzie i nią czyszczyć dywany. W czasie zimy dobrze jest położyć dywan na śniegu, lewą stroną do góry, a wszystek kurz i brud zostaną na śniegu.

ODŚWIEŻANIE AKSAMITU

Trzymać sztywno aksamit nad gotującą się wodą, a gdy dostatecznie przejdzie pa-

rą, przeciągnąć po lewej stronie gorącym żelazem, ciągle trzymając aksamit nad parą. Mniejsze kawałki i aksamitki zwilżone parą, przeciąga się lewą stroną, na żelazku.

WYWABIANIE PLAM BENZYNĄ

Arkusz zwyczajnej bibuły złożyć na troje i podłożyć pod miejsce splamione. Na nim kładzie się drugi arkusz, tak samo złożony, po czym zwilża się wierzchnią bibułę benzyną i przyciska prasą, a po jakimś czasie — plama znika.

PLAMY OD CZERWONEGO WINA

Świeżą plamę grubo posypać solą, a następnie wyprać w wodzie z mydłem. Jeżeli plama wyschnie, wyprać ją w lekkim mleku, lub wodzie, a potem znowu w wodzie z mydłem.

PLAMY SMOŁOWE I DZIEGCIOWE

Najłatwiej wywabić plamy, smarując je świeżym masłem, lecz z rzeczy, z których trudno usuwają się plamy tłuste, wywabiać trzeba najmocniejszym spirytusem. Z bielizny można usunąć solą szczawikową.

PLAMY OD OLEJU

Najlepiej jest prać w zimnej wodzie z mydłem, bo raz zaparzone nie zginą nigdy. Dobrze jest też wypraną plamę potrzymać nad palącą się siarką, a niezawodnie zginie.

PLAMY ATRAMENTOWE I RDZAWE

Napuszczają się solą szczawikową, lub cytrynowym sokiem, a następnie zmywają zimną wodą. Plamy od rdzy po napuszczeniu cytrynowym sokiem dobrze jest parę razy przeciągnąć żelazem.

Jeżeli od pierwszego razu nie zginie, zamoczyć jeszcze parę razy i przeprasować.

W soli szczawiowej maczać po uprzednim zwilżeniu czystą wodą.

WYWABIANIE PLAM AMONIAKIEM

.Naciera się tłustą plamę na materiałach wełnianych amoniakiem i trze się tak długo, aż ślady plamy znikną. Amoniakiem również czyszczą się plamy żółte od kwasów.

Płyn do wywabiania plam tłustych:

Eteru	5 g
Chloroformu	3 g
Amoniaku w płynie	12 g
Spirytusu 90%	30 g

Płyn do wywabiania plam z jedwabiu:

Mydliku	1 g
Wody	10 g
Chlorku amonu	1 g

Mydlik gotować z wodą do połowy objętości, przecedzić i dodać salmiaku.

Usuwanie plam z farby olejnej i lakieru:

2 części salmiaku i 1 część olejku terpentynowego. Przed użyciem płyn wstrząsnąć. Po 10 minutach zetrzeć plamę.

Usuwanie żywicy:

Mocny spirytus lub benzol.

Środek chroniący szkła od zapocenia:

Mydła szarego	14 g
Gliceryny	5 g
Terpentyny	1 g

Zabezpieczanie szyb od „potnienia" .

Wszystkie środki pomagają na krótko.

a)	Gliceryny	5 g
	Spir. denatur.	70 g
	Wody	25 g
b)	Mydła domowego	100 g
	Terpentyny	5 g

Potrzeć dokładnie okna.

CZYSZCZENIE LUSTER

Należy wystrzegać się aby lustra nie wystawiać na działanie promieni słonecznych, gdyż dostaje plam i skaz. Najlepiej jest je czyścić czystym spirytusem maczając w nim flanelę i wycierając nią lustro do sucha.

CZYSZCZENIE TAPET

Tapety po oczyszczeniu z kurzu trzeba zlekka od góry do dołu pociągnąć środkiem pytlowego chleba, nie naciskając mocno. Chleb do tego bierze się pieczony przed 24 godz., gdy nie może być ani za stary, ani za świeży.

WYWABIANIE PLAM Z MARMURU

Chcąc wyprowadzić tłustą plamę z marmuru trzeba wziąć magnezji palonej, zmieszać z benzyną na gęste ciasto i tym ciastem nasmarować plamę. Gdy ciasto zaschnie, zdjąć je, a jeśli jeszcze plama będzie widoczna, zrobić to samo drugi raz. Plamy atramentowe natrzyć rozczynem kwasu solnego i zaraz zmyć wodą, uważając, aby kwas nie zajął czystego marmuru.

POLITUROWANIE MEBLI

Cztery części żółtego wosku i jedną część kalafonii rozpuścić na wolnym ogniu, po ostudzeniu dodać jedną część olejku terpentynowego i wymieszać, a gdy zupełnie

stężeje, brać tej masy po trochu na flanelę i wycierać meble zmyte poprzednio wodą z mydłem. Następnie wycierać czystą flanelą, aż dostanie połysku.

CZYSZCZENIE OBRAZÓW OLEJNYCH

10 deka żółci wołowej, 1/2 szklanki octu, 2 łyżki amoniaku i łyżkę soli kuchennej, wymieszać wszystko dobrze, przykryć i zostawić na 24 godz. Następnie maczać w tym płynie flanelę i zmywać nią brud obrazów i natychmiast spłukiwać zimną wodą. Następnie ubić pianę z białek i płynem, którym podbiegną, po wyschnięciu obrazu, lekko przeciągnąć. Można również myć obrazy zwykłym piwem.

CZYSZCZENIE LAKIEROWANYCH RZECZY

Ramy od okien, drzwi oraz wszystkie rzeczy lakierowane myją się w wodzie miękkiej z dodaniem ósmej części amoniaku. W płynie tym maczać gąbkę lub miękką szczoteczką i nią wycierać, a następnie wycierać ściereczką.

CZYSZCZENIE BRĄZÓW, MOSIĄDZU I MIEDZI

Kredę zmieszać z siarką, zarobić octem na gęste ciasto i wycierać tą masą klamki lub inne przedmioty. Można też czyścić na sucho miałko utartym węglem, popiołem lub wapnem, szczególnie dobre jest to do brązów, które od wilgoci czernieją. Miedź czyścić miałko utartą cegłą.

Czyszczenie naczyń aluminiowych:

Oleiny	6 g
Kredy sproszkow.	15 g
Odwaru z mydl. (1:100)	40 g
Glinki różowej	2 g
Spirytusu denat.	3 g
Amoniaku	4 g

CZYSZCZENIE WYROBÓW PLATEROWANYCH

Sproszkowaną kredą wyciera się łyżki, lichtarze i inne platerowane przedmioty. Można też kredę rozrobić z wódką i masą tą smarować naczynia, a następnie wycierać do suchości flanelą.

CZYSZCZENIE SREBRA

12 gramów kremortartari rozpuścić w gorącej wodzie, posypać naczynia srebrne otrębami, maczać gąbkę w tej wodzie i myć nią srebra, a potem wycierać czystą miękką ściereczką. Można również czyścić srebro kredą.

ZAMROŻONE SZYBY OCZYŚCIĆ

Rozpuścić zwykłej soli w wodzie, zmaczać w niej gąbkę i przesuwać nią po szybach zamarzniętych, a natychmiast lód stopnieje.

ZACHOWANIE ŚWIEŻEGO MCHU W OKNACH

Chcąc aby mech ine zżółkł w czasie zimy, należy go przed ułożeniem między okna zmoczyć w farbce rozpuszczonej w wodzie, strzepnąć go i wilgotny układać w oknach, a do wiosny zachowa świeży kolor.

Płyn na robaki, toczące drzewo:

Flit. Dziurki przestrzyknąć kilkakrotnie płynem i zostawić na noc w zamkniętym pokoju.

Proszek na karaluchy i prusaki:

a)	Boraksu	1 g
	Cukru w proszku	5 g
	Węglanu baru	10 g

Sposób użycia: rozsypać na papiery i rozłożyć na ziemi.

b)	Naftaliny	15 g
	Boraksu	25 g
	Perskiego proszku	60 g

c)	Fluorku sodu	50 g
	Terrae siliccae	25 g
	Natri carbonici sic.	5 g
	Natri sulfurici sic.	10 g
	Natri chlorati	10 g

Bardzo trujący!

Posypać przy szparach przez kilka dni, a następnie dobrze gliną wszystkie szpary pozalepiać.

Podobno bardzo skuteczny.

TĘPIENIE WSZY

Wszy bardzo trudno jest wytępić, nie pomaga zmiana bielizny, mycie, ani najkrótsze ostrzyżenie włosów. Wszy są nieustępliwe bo choć one zginą, zostawiają swe jajeczka tak zwane gnidy.

Najlepszym a nieszkodliwym środkiem na usunięcie wszy jest — wazelina. Przy bardzo silnym zawszeniu do wazeliny dodaje się parę kropli benzyny oczyszczonej, lub ksylolu (wazelina ksylolowa). Wesz ma narządy oddechowe umieszczone na brzuchu, które zakleja sobie wazeliną zebraną z włosów lub skóry i ginie szybko z uduszenia.

Po paru godzinach zmyć wazelinę ciepłą wodą z mydłem, włosy zaś przed umyciem starannie wyszczotkować. Następnie usunąć trzeba gnidy, nacierając na noc włosy zwykłym octem i zawiązać lekko chusteczką. Nazajutrz dobrze włosy wyszczotkować i zmyć gorącą wodą z mydłem.

Pod działaniem octu gnidy odlepiają się od włosów i dlatego łatwo je usunąć.

Do tępienia wszy stosowana również bywa 5% woda karbolowa.

b) Matka i Dziecko

HIGIENA

UWAGI OGÓLNE

Higiena jest to sztuka zachowania zdrowia. Dla dopięcia tego celu higiena idzie drogą teoretyczną i praktyczną, bada naukowo wszystko, co zdrowiu sprzyja, lub szkodzi, aby później wprowadzić z jednej strony w życie pewne sposoby, usuwające niebezpieczeństwo dla zdrowia, a z drugiej zastosować takie, które do zachowania zdrowia zmierzają.

Higiena dzieli się na prywatną, t. j. taką, gdzie jednostka w ramach swego domu i swoich możliwości ją stosuje i publiczna, kiedy zarządzenia higieniczne dotyczą całego społeczeństwa.

Powietrze ma ogromne znaczenie higieniczne. Jego własności chemiczne, dalej fizyczne, wpływające na ciepłotę, ciśnienie atmosferyczne, opady, prądy, kurz, mają wielki wpływ na zdrowie. Przez płuca człowieka przepływa w ciągu 12 godzin dnia 11520 litrów powietrza, zrozumiałe jest więc, że najmniejsza ilość szkodliwej domieszki, biorąc procentowo, urasta do poważnej ilości w ciągu kilku godzin oddychania.

Woda, jako czynnik, służący do gotowania potraw, picia, oczyszczania ciała i prania ma znaczenie pierwszorzędne. Obliczono, że dla celów kuchennych, rodzina złożona z 4 osób, zużyć powinna 100 litrów dziennie (łącznie ze zmywaniem). Dla za-

chowania czystości ilość ta średnio na rodzinę czteroosobową wynosić powinna dziennie 400—500 litrów.

Znaczenie czystości wody można ocenić z tego, że z chwilą wprowadzenia w miastach wodociągów, ilość chorób zakaźnych znacznie się zmniejszyła.

Odżywianie. Ilość pokarmu jest zależna od wzrostu, wagi, rodzaju pracy, a także od pewnych indywidualnych, wrodzonych lub chemicznych właściwości. Oprócz wartości odżywczej, o czym pomówimy przy odżywianiu, należy zwrócić uwagę, aby produkty były świeże i niefałszowane.

Odzież — winna być normowana, odpowiednio do temperatury i zatrudnienia oraz utrzymana w czystości. Łóżko jest poniekąd odzieżą nocną, podlega więc tym samym prawom, musi być wygodne, czyste i zabezpieczać od zimna a nie rozgrzewać nadmiernie. Wszelki ucisk ciała, nóg, jest dla zdrowia niepożądany.

Mieszkanie powinno w pierwszym rzędzie zapewnić nam wspomniane na wstępie dobre powietrze, wodę, należyte światło dzienne i sztuczne, niską wilgotność, higieniczne ustępy, oddalenie od śmietników, możność wietrzenia, utrzymania odpowiedniej temperatury, spokój, należyty rozmiar w stosunku do ilości mieszkańców.

Podłogi winny się łatwo dać czyścić, piece nie zatruwać powietrza gazem, wentylacja dostarczać świeżego powietrza. Oto w ogólnych ramach te strony życia, które się ściśle wiążą z higieną.

Zresztą każda funkcja życiowa związana jest w pewnym stopniu z higieną.

Instytuty i Towarzystwa Higieniczne pracują nad tym, aby wprowadzać ulepszenia higieniczne i pouczać ludność o ich doniosłości.

HIGIENA KOBIETY

Życie kobiety można niejako podzielić na 5 okresów: pierwszy — to okres między 13 a 15 rokiem, t. zw. okres pokwitania, drugi okres wieku dojrzałego, trzeci — to okres ciąży, czwartym będzie okres połogu i karmienia dziecka i piąty — ostatni okres w życiu kobiety — okres przekwitania.

Pierwszy okres stanowi przejście z wieku dziecięcego do wieku dojrzałości. Wymaga on od matki roztoczenia pieczołowitej opieki nad córką, przygotowania jej do przyszłej roli kobiety-matki, oraz uświadomienia co do zmian zaszłych w organizmie. Pomimo tego, że okres pokwitania jest pozbawiony cech chorobowych, to jednak może usposobić do ogólnego osłabienia i przedenerwowania, spowodowanych zmianami zachodzącymi w organizmie. W okresie przeto poprzedzającym regularne krwawienie miesięczne, oraz w pierwszych miesiącach ukazania się ich, należy organizm dziewczęcia chronić od przemęczenia zarówno fizycznego, jak i psychicz-

nego, a nawet w celach higienicznych zastosować lekką dietę, wykluczając z jadłospisu ostre przyprawy, oraz mocną kawę i herbatę. W tym też czasie zwrócić należy uwagę, czy dziewczynka nie odczuwa jakich specjalnych bóli, które mogłyby być dowodem pewnych nieprawidłowości w ustroju narządów rodnych i które usunąć może tylko lekarz. Uregulowany period czyni kobietę dojrzałą.

W okresie drugim, zwrócić trzeba uwagę na unikanie czynności, mogących zaszkodzić narządom rodnym, oraz stopniowe przygotowywanie się do przyszłej roli matki. Przede wszystkim więc w okresie miesięcznego krwawienia nie wolno wykonywać żadnych silniejszych wysiłków fizycznych, jeśli się do tego nie jest przyzwyczajoną. Nie jest koniecznym przeleżenie całego tego okresu w łóżku, jeśli kobieta nie odczuwa specjalnych dolegliwości. Kąpieli gorących, oraz gorących nasiadówek i długiego moczenia nóg nie wolno używać aż do końca krwawienia. Używanie alkoholu, zimne morskie kąpiele, oraz zbyt lekkie ubranie zimą również nie jest wskazane. Irygację można jedynie stosować w tym okresie na wyraźne zlecenie lekarskie. Sporty i wszystkie zbyt forsowne ruchy należałoby również wykluczyć w tym czasie, a w każdym razie ograniczyć.

W trzecim okresie, t. zn. w czasie ciąży, o ile jest ona prawidłowa, nie należy specjalnie zmieniać trybu życia, stopniowo tylko zmniejszać używanie sportów i gimnastyki, ograniczając się do ćwiczeń oddechowych, oraz dłuższych spacerów. Spacery znakomicie wpływają na krążenie krwi, co jest niezmiernie ważne przy możliwej skłonności do żylaków. Kąpiele zimne i gorące nie są wskazane. Kąpiel oczyszczająca nie powinna mieć więcej jak 29°C.

Kobiety, rodzące powtórnie i w ogóle kobiety o słabo rozwiniętych mięśniach brzucha — powinny pod koniec ciąży nosić specjalne pasy, podtrzymujące brzuch.

W okresie ciąży musimy rozpocząć pielęgnację piersi, a więc przede wszystkim nosić trzeba odpowiedni stanik, brodawki codzień obmywać alkoholem, a przy słabo rozwiniętych sutkach — delikatnie wyciągać je palcami.

Czwarty okres rozpoczyna się od chwili ukończenia porodu i trwa około 10 dni, przy bolesnym kurczeniu macicy, która wydziela śluzowo-krwawe odchody. Jeśli macica nie kurczy się odpowiednio — trzeba zawezwać lekarza. W tym okresie kobieta podlega łatwo zakażeniom, dlatego też zachowana musi być przy chorej nadzwyczajna czystość. W wypadku jakiejkolwiek zakaźnej choroby w domu, osoba pielęgnująca położnicę nie może się stykać nawet z osobami, mającymi kontakt z chorą osobą.

Chociaż irygacje zabronione są tak samo w okresie ciąży, jak i połogu, to jednak obmywanie sromu, po oddaniu stolca lub uryny, jest konieczne. Służyć nam będzie do tego kawałek waty, umaczany w 1% roztworze lyzolu. Dobrze jest również polewać delikatnie ciepłym tym roztworem części rodne, zewnętrzne. Myć zawsze w kierunku od przodu ku odbytnicy.

Przed karmieniem dziecka brodawki piersi obmyć 2% roztworem kwasu bornego, co zabezpiecza od ewent. zarazków, mogących zakazić dziecko. To samo zrobić po nakarmieniu noworodka. Higiena brodawek jest bardzo ważna ze względu zarówno na matkę, jak i na niemowlę, zapobiega bowiem również bolesności i rankom na piersi. Jeśli pokarmu jest zawiele— należy go ściągnąć za pomocą specjalnej pompki, aby nie dopuścić do zastoju, co może doprowadzić do stanów zapalnych.

Należy również pamiętać o noszeniu pasów brzusznych już w początkach połogu.

Między 45 a 50 rokiem życia rozpoczyna się ostatni okres, tzw. przekwitania. W okresie tym jajniki zaczynają słabiej pracować, co wpływa wybitnie na zaburzenia w systemie wszystkich gruczołów, oraz na zmiany w działaniu całego organizmu, a przede wszystkim w systemie nerwowym i nieprawidłowości w menstruacji. Krwawienie przeważnie bywa obfitsze, niż w okresie dojrzałym, a czas jego trwania zbytnio się przedłuża.

W okresie tym musimy dbać niezmiernie o regularny tryb życia, o podtrzymanie tężyzny fizycznej, zwalczanie stanów podniecenia nerwowego, stosowanie diety, wyeliminowanie z jadłospisu potraw ciężko strawnych, ostrych przypraw, alkoholu, kawy, a nawet herbaty. Wczesne udawanie się na spoczynek, wczesne wstawanie i regularne wypróżnianie oraz zwalczanie nadmiernej otyłości, pozwolą kobiecie przeżyć ten ciężki okres łagodnie. Wskazane jest również spożywanie prawie wyłącznie jarzyn i owoców.

PIELĘGNACJA NIEMOWLĘCIA

Dziecko racjonalnie chowane zwykle nie zapada na choroby, a regularne wizyty u lekarza dziecięcego pozwalają nam się zorientować, czy chowamy je właściwie. Podajemy tu kilka najprostszych zasad, które zapewnią niemowlęciu zdrowy i normalny rozwój.

Waga i wymiary (wg. prof. Pirquet'a) chłopiec — wzrost 50 cm, waga 3500 g; dziewczynka wzrost 49 cm, waga 3250 g.

W piątym miesiącu życia dziecka waga powinna być podwojona, a w 12-tym potrojona. W pierwszym półroczu dziecku przybywa normalnie około 700 gr w drugim około 350 gr miesięcznie. W pierwszych dniach dziecko spada na wadze, gdyż matka zazwyczaj nie ma dostatecznej ilości pokarmu, jednak w ciągu 10 dni waga powinna być wyrównana. Ważyć dziecko należy po pierwszym posiłku, najlepiej co tydzień. Samo ważenie nie da dokładnego pojęcia o rozwoju niemowlęcia, należy zwrócić uwagę i na wzrost niemowlęcia. Przeciętnie dziecko w pierwszym kwartale rośnie 3 cm na miesiąc, w drugim 2 cm, a w czwartym 1 cm. W drugim roku życia wzrost i przyrost wagi są powolniejsze.

Nie wolno dziecka zmuszać do przedwczesnego siadania, stawania na nóżki itp., gdyż to może doprowadzić do skrzywień kręgosłupa, lub nóżek. Normalne dziecko siada w szóstym miesiącu, a między dziewiątym i dwunastym rozpoczyna chodzenie.

Ząbkowanie rozpoczyna się w szóstym miesiącu, u dzieci krzywiczych bywa znacznie opóźnione. Zwykle jednak między 6 i 7 miesiącem ukazują się dwa dolne siekacze, potem dwa górne około 8 miesiąca, boczne zaś siekacze w 12 miesiącu. Z końcem pierwszego roku dziecko powinno mieć 8 zębów, a z końcem następnego roku 20 zębów.

Temperatura niemowlęcia powinna wynosić 37°—37,2° rano i wieczorem. Mierzymy ją w kiszce stolcowej, termometr zanurzamy przedtem w wazelinie, dla dzieci przedwcześnie urodzonych zamiast wazeliny bierzemy dobrą oliwę, dziecko układa-

my na wznak na pieluszce, przytrzymując i dziecko i termometr, uważając aby termometru nie złamać. Mierzenie temperatury trwa 3 minuty.

W pierwszych dniach życia noworodka stolec jest koloru czarno-zielonego, później zmienia się na żółty, z domieszką śluzu i grudkami serkowatymi, ilość nie powinna przekraczać 5 razy na dobę. Mocz dziecko oddaje do 12 razy dziennie.

Zdrowe dziecko śpi w pierwszych tygodniach 20 godzin na dobę. Zasypiać powinno zaraz po karmieniu. Dobrze jest układać dziecko na boku, co chroni przed zachłyśnięciem przy wymiotach, które zdarzają się często i u dzieci zdrowych. Należy wystrzegać się dawania dzieciom hałaśliwych zabawek, różnych grzechotek, dzwoneczków itd., gdyż to wpływa ujemnie na system nerwowy. Najlepiej jak dziecko bawi się oglądaniem swoich nóżek i rączek, leżąc rozwiązane swobodnie, co przy odpowiedniej temperaturze stosować przynajmniej raz na dzień. Po sześciu miesiącach można dawać zabawki najprostsze, łatwe do umycia, gdyż maleństwo wszystko bierze do ust. Zdrowe dziecko jest uśmiechnięte i pogodne, śpi mocno i płacze po przebudzeniu.

Skóra noworodka jest z początku czerwona, o małej ilości podściółki tłuszczowej, łuszczy się lekko, po tygodniu jednak nabiera różowo-brunatnej barwy. Dziecko powinno mieć fałdy na rączkach, na brzuszku zaś, gdy ujmiemy skórę w dwa palce i wypuścimy ją — fałd powinien rozprostować się bez śladu. W ten sposób badamy na brzuszku stan podściółki tłuszczowej, która przy jakichkolwiek niedomaganiach ginie. Skóra powinna mieć właściwą wilgotność. Pocenie główki w tyle jest dowodem rozpoczynającej się krzywicy. Błona śluzowa jest biaława. Na nosku często widzimy białe punkciki, są to zatkane ujścia gruczołów łojowych, które same stopniowo giną. Ażeby zapewnić dziecku zupełnie zdrowe warunki rozwoju musimy stosować codzienną kąpiel. Gruczoły łojowe na główce dziecka wydzielają pewne substancje, które nie zmywane codzień zamieniają się w t. zw. ciemieniuchę, która dowodzi niedokładnej pielęgnacji dziecka. Najlepiej kąpać dziecko w rannych godzinach, w odpowiedniej odległości czasu od pierwszego karmienia.

Jeżeli dziecko źle sypia w nocy, można dziecko kąpać przed ostatnim nakarmieniem. Dziecko kąpiemy w pokoju o temperaturze 18—22°C, przy zamkniętych drzwiach i oknach. Przed kąpielą musimy przygotować wszystkie niezbędne przedmioty, aby czynność tę wykonać szybko i sprawnie, nie zmęczyć i nie zaziębić dziecka. Wanienka emaliowana lub drewniana, nie może już być do innego celu używana. Temperatura wody powinna być 37°. Mydło najlepiej glicerynowe, lub przetłuszczone. Dobre jest również mydło płynne, ułatwia bowiem pracę, możemy je same przygotować, krająć drobne wiórki mydlane i zalewając przegotowaną wodą. Proporcja 30 gr mydła, litr wody — wystarczy na 6 kąpieli. Wanienkę ustawiamy na szerokim taborecie, przy stole. Na stole, przykrytym kocem i ceratką, ustawiamy potrzebne przedmioty, jak: miseczkę z płynnym mydłem 30% o temp. 37°, miseczkę z przegotowaną wodą, kilka kawałków waty, miseczkę pustą, termometr kąpielowy, włochatą rękawicę, czyste pieluszki, prześcieradełko kąpielowe, oraz miękką szczoteczkę do włosów. Kiedy już wszystko mamy przygotowane, układamy rozebrane maleństwo przed sobą na stole, owinięte tylko pieluszką, główkę opieramy na lewej dłoni i myjemy wacikami umaczanymi w przygotowanej wodzie najpierw kolejno oczy, biorąc do każdego świeży kawałek waty, nos czyścimy tylko gdy zajdzie potrzeba, naciskając lekko z wierzchu, wycierając watką, następnie myjemy uszy, dużym kawałkiem waty obmywamy twarz i osuszamy ręcznikiem. Waciki zużyte wyrzucamy do miseczki pustej. Rękawicą na-

łożoną na prawą rękę i umaczaną w misce z mydłem namydlamy główkę, szyjkę, rączki, paszki i ramiona aż do paluszków, potem piersi, brzuszek do pępka, teraz obracamy sobie niemowlę na prawy boczek, mydlimy plecy do bioder, znów obracamy, mydlimy nóżki od palców, dół brzuszka, części płciowe, pachwiny i podnosząc nóżki powyżej kolan — mydlimy pośladki. Dziewczynki przemywamy, rozchyliwszy wargi sromu, wacikiem umaczanym w czystej wodzie, z góry na dół, u chłopców zaś oczyszczamy okolicę cewki moczowej. Namydloną górę w czasie gdy mydlimy dół zakrywamy brzegiem pieluszki, na której leży. Układamy sobie dziecko na lewej ręce, aby główka spoczywała wysoko na przedramieniu, dłonią trzymamy plecy, prawą dłonią podtrzymujemy pośladki i kładziemy do wanienki najpierw nóżki, potem całe ciałko, opierając na lewej ręce, prawą opłukujemy główkę, resztę ciałka, potem sadzamy dziecko w wanience i polewamy plecy. Po kąpieli kładziemy dziecko na suchej pieluszce i delikatnie osuszamy prześcieradełkiem. Pudrujemy kolejno szyję, pachy, zgięcia w łokciach, dłonie, pachwiny. (U dziewczynek zakrywamy srom). Wacikiem rozprowadzamy puder żeby nie zbijał się w grudki. Kładziemy koszulkę, obracamy dziecię na brzuszku, pudrujemy kark, pod kolankami, pośladki, znów przewracamy, zakładamy pieluszki i czeszemy włosy. W przypadku ciemieniuchy, lub łupieżu, nacieramy główkę oliwą jadalną, a po godzinie wyczesujemy grzebieniem, od przodu do tyłu. Paznokcie obcinać delikatnie raz w tygodniu. Pierwsza kąpiel dziecka, ze względu na otwartą ranę po obciętej pępowinie — musi być w gotowanej wodzie. Potem trzeba uważać, aby pępowiny nie zanurzać w wodzie. Po kąpieli opatrujemy pępowinę sterylizowaną gazą, przesypaną dermatolem, okręcamy lekko pępek i bandażujemy nie zakrywając pośladka i nie uciskając jelit. Pomiędzy 5 a 8-ym dniem życia pępowina odpada. Jeżeli pępek się nie goi, należy poradzić się lekarza.

Koszulki zmieniać codziennie, w razie zanieczyszczenia częściej. Co dwie godziny sprawdzać, czy nie trzeba zmienić pieluszki. Bielizna noworodka powinna być szyta ze spranych materiałów, łatwo wchłaniających wilgoć. Koszulki i kaftaniki muszą być krótkie, do połowy brzuszka, wiązane jedynie na tasiemki. Pieluszki z bawełnianych materiałów, lub z tkaniny „Tetra“, w rozmiarze 80 × 80 cm. Śliniaczki są potrzebne od 3-go miesiąca życia, gdyż dziecko przed ząbkowaniem ślini się mocno. Koszulki i pieluszki muszą być po każdym zamoczeniu prane. Do prania nie wolno używać żadnych środków wybielających, należy jednak gotować je i prasować, co ma własności dezynfekcyjne. Ubranie dziecka powinno składać się z koszulki, kaftanika bawełnianego, trykocika, pieluszki, ceratki wymiaru 30 × 30 cm przykrytej drugą pieluszką flanelową i kocyka lub poduszki o ile jej używamy. Przy ubieraniu dziecka zwracać należy uwagę na temperaturę, w której dziecko będzie przebywało. Jeżeli dziecko zostaje w łóżeczku — dobrze jest na białą flanelkę (wierzchnią) przykryć jasnym, cienkim piedzikiem, lub grubszą flanelą i położyć pod kołderkę na łóżeczku. Poduszka bowiem jest nieprzewiewna, rozpraża ciałko dziecka i wsiąka w nią pot. Do wyjazdów na spacery, a zwłaszcza w zimie, musimy mieć specjalne okrycia.

Pamiętać należy, żeby ceratka nie dotykała nigdy ciałka dziecka i że należy ją myć dokładnie po każdym zamoczeniu.

Obowiązkiem każdej matki jest karmienie dziecka własną piersią. Mleko matki uodpornia dziecko przeciwko chorobom zakaźnym. Żaden inny sposób odżywiania nie odpowiada właściwym potrzebom organizmu dziecka. Już w ostatnich miesiącach ciąży przygotowujemy piersi do karmienia przez przemywanie zimną wodą i watką ze spirytusem i masaż brodawki. Jeżeli brodawka pomimo masażu jest niechwytliwa, wyciągamy ją za pomocą pompki, służącej do odciągania pokarmu. Pierwszy raz dziecko zostaje przyłożone do piersi po upływie 6—12 godzin po urodzeniu. Pierś, pobudzona ssaniem, zaczyna stopniowo normalnie wydzielać pokarm, a dziecko uczy się systematycznego zdobywania pokarmu, nie licząc na otrzymanie go za pomocą łyżki lub smoczka. Karmienie odbywać się powinno na przemian jedną piersią przy jednym karmieniu, drugą przy następnym, inaczej karmienie jest nieracjonalne i szkodliwe, bo tylko wtedy pierś napełnia się pokarmem, jeśli jest należycie opróżniona, a ssanie pobudza ją do wytworzenia pokarmu. Nie wolno dziecka przyzwyczajać do wypuszczenia brodawki i zaśnięcia zaraz po pierwszych łykach pokarmu. Przy karmieniu dziecko powinno być przewinięte, okryte dodatkową pieluszką na wypadek wymiotów. Matka, po wymyciu rąk, naciska brodawkę, aby wypuścić kilka kropel mleka, po czym zmywa ją kwasem bornym 3%. Matka przy tej czynności leży na wznak, dziecko układamy po stronie, z której ma ssać, oparte na łokciu matki, wolną ręką matka podaje dziecku pierś. Brodawka musi być chwycona przez dziecko głęboko, aż po obwódkę, wadliwe chwytanie może być powodem bolesnych pęknięć i naderwań. W czasie karmienia matka musi zwrócić uwagę, aby nosek niemowlęcia nie był zatkany piersią.

Karmienie trwa od 5 do 20 minut. Jeśli

dziecko jest silne a matka ma dosyć pokarmu — wystarczy 5—8 minut do wyssania odpowiedniej porcji. Czasem dziecko je zbyt łapczywie, wtedy przerwać należy karmienie, jeśli zaś zbyt prędko zasypia— budzimy je. W ogóle należy dbać o ssanie równomierne. — Matki chodzące karmią siedząc na stołeczku, lub na krześle z oparciem, trzymając nogi na stołeczku. Dziecko ma być w pozycji leżącej. Po karmieniu unosimy delikatnie dziecko do pozycji stojącej, aby powietrze wyszło z żołądka, potem układamy je na łóżeczku, nie przewijając przynajmniej godzinę. Pieluszkę zostawiamy pod brodę, główkę delikatnie przechylamy na prawy bok. O ile pierś nie jest należycie opróżniona — resztę pokarmu ściągamy pompką. Pod napierśniki dobrze jest zakładać małe kawałki wyjałowionej gazy, aby zapobiec zakażeniu. Jeśli pokarm przecieka przez suknię, zakładać trzeba watę. Brodawki zmywać płynem ściągającym: (90 cm^3 gliceryny + 10 cm^3 taniny). Ubranie karmiącej musi być luźne w piersiach, rozpinane z przodu, przewiewne i czyste. Dziecko powinno być karmione co trzy lub cztery godziny, częstsze karmienie jest szkodliwe dla organizmu i sprowadza zaburzenia przewodu pokarmowego. Nocna, ośmiogodzinna przerwa musi być dokładnie przestrzegana. Dziecko niezmiernie łatwo przyzwyczaja się do uregulowania życia. W wypadkach niepokoju w nocy podać można kilka łyżeczek naparu rumianku lub przegotowanej wody bez cukru. Dzieci zdrowe budzą się same do karmienia punktualnie o swej porze, nieregularnie sypiające i nerwowe — budzić w odpowiednich godzinach. konsekwentnym postępowaniem uczyć i wychowywać w systematyczności. Jeżeli

pokarm matki; wprowadzamy tylko soki dziecko nakarmione krzyczy, należy zbadać przyczynę.

Zasadniczo sposób odżywiania dziecka, od czwartego do końca piątego miesiąca jest taki sam, jak w okresie poprzednim. O ile niemowlę prawidłowo przybiera na wadze, otrzymuje nadal pięć razy dziennie owocowe, zawierające niezbędne dla ogólnego rozwoju organizmu witaminy. Najchętniej dajemy od trzech do sześciu łyżeczek soku pomarańczowego lub cytrynowego; można również dawać w takiej samej ilości sok z marchwi lub pomidorów. Sok należy osłodzić zwykłym cukrem.

W ciągu szóstego miesiąca życia odbieramy niemowlęciu jedną porcję pokarmu naturalnego i zastępujemy ją mieszanką mleczną. W ten sposób niemowlę otrzymuje cztery razy pokarm matki i jako piąte pożywienie mieszankę, składającą się z 90 gramów mleka (6 łyżeczek stołowych), 90 gramów wody (6 łyżek stołowych), 10 gramów mieszanki sztucznej (2 małe łyżeczki, używane do herbaty).[1]) O ile stolce zachowują się przy tej zmianie prawidłowo, wówczas ilość mleka w wspomnianej mieszance można powiększyć do 120 gramów (8 łyżek stołowych), a ilość wody zmniejszyć do 60 gramów (4 łyżki stołowe). W szóstym miesiącu zastępuje się soki, podawane między poszczególnymi porcjami pokarmu, kilku małymi łyżeczkami skrobanego jabłka.

W siódmym miesiącu życia znowu wycofujemy jeden pokarm matki i zastępujemy go tzw. „obiadem niemowlęcym". Dziecko otrzymuje wówczas: trzy razy pokarm, raz wspomnianą mieszankę mleczną i obiad, składający się z dwóch dań, a więc 100—150 gramów zupy jarzynowej, do której dodaje się jedną łyżeczkę masła i sześć do ośmiu małych łyżeczek (do herbaty) gęstej świeżej jarzyny (marchewka, buraczki, kalafior, szpinak, włoska kapusta).

W ósmym miesiącu dziecko otrzymuje: 2 razy pokarm matki i 2 razy mieszankę mleczną, o czym wyżej, i „obiad niemowlęcy".

W dziewiątym miesiącu dziecko otrzymuje: raz pokarm matki, i dwa razy mieszankę „obiad niemowlęcy"; utraconą zaś porcję pokarmu w tym czasie najlepiej zastąpić mieszanką owocową, składającą się: z soku wyciśniętego z całej pomarańczy, roztartego banana, dwóch do trzech łyżeczek mąki sucharczanej i dwóch łyżeczek cukru (mieszankę tę w postaci papki podajemy łyżeczką).

Z początkiem dziesiątego miesiąca wycofujemy ostatnią porcję pokarmu naturalnego, czyli innymi słowy — odstawiamy dziecko od piersi. Jest to fakt niezmiernie ważny w życiu dziecka i może nastąpić wtedy, kiedy jest ono zdrowe i rozwija się prawidłowo. Nie odstawia się dziecka od piersi podczas upałów letnich oraz w okresie dwutygodniowym po szczepieniu ospy.

Racjonalna dieta dziecka nieodstawionego od piersi powinna składać się do końca pierwszego roku życia z poniżej wyszczególnionych dań:

godzina szósta rano: 180 gramów (=12 łyżeczkom stołowym) czystego mleka, 2—3 łyżeczki mieszanki sztucznej, 2 łyżeczki cukru;

godzina dziesiąta: 3 łyżeczki kaszki mannej na 200 gramów wody, z małą łyżeczką (do herbaty) masła i łyżeczką cukru;

godzina czternasta: „obiad niemowlęcy";

godzina siedemnasta: mieszanka owocowa z sucharkiem lub bez sucharka;

godzina dwudziesta: mieszanka sztuczna na mleku w tej samej proporcji, w jakiej podaje się dziecku o szóstej rano.

Od trzynastego do końca piętnastego miesiąca życia dieta jest zasadniczo analogiczna do stosowanej w czwartym kwartale życia, z tą tylko różnicą, że druga porcja,

---

[1]) Gdy dziecko wymaga diety przecukrzonej, należy wówczas dodać 10 gramów cukru.

podawana o godzinie 10-ej rano, może być zastąpiona daniem, składającym się z jajka ugotowanego na miękko oraz z 8 do 10 łyżeczek twarożku. Poza tym taki sam obiad, dwa razy mieszanka mleczna i jedno danie owocowe.

W razie stwierdzenia u dziecka skłonności do pokrzywek, usuwa się z diety jaja.

Okres od szesnastego do końca osiemnastego miesiąca życia różni się od poprzedniego tym, że na obiad daje się oprócz zupy i jarzyny, mięso (kotleciki z kury, cielęciny lub móżdżka).

MIESZANKI

Wybór mieszanki odżywczej nie należy do rzeczy łatwej, zwłaszcza w odżywianiu sztucznym lub mieszanym (patrz niżej), kiedy niemowlę jest całkowicie lub częściowo pozbawione pokarmu naturalnego. Mieszanki składające się z mleka, mączki zbożowej (pszennej, owsianej lub ryżowej) i cukru nie mają pełnej wartości odżywczej. Odżywianie niemowlęcia winno bowiem być dostateczne zarówno pod względem ilościowym jak i jakościowym. To też aby mieszanka spełniła swoje zadanie, musi zawierać w sobie różnorodne składniki, przy czym należy je podawać w pewnym ustosunkowaniu, aby nie wywoływały zaburzeń w odżywianiu.

Zbyt duża przewaga jednej substancji, nawet koniecznej dla niemowlęcia, powoduje zaburzenie w przewodzie pokarmowym. Poza tym mieszanka sztuczna nie powinna zawierać składników zbędnych i obciążających przewód pokarmowy jak np. mleko skondensowane, jajka, suchary sproszkowane itp. W mieszance odżywczej muszą się znaleźć składniki, budujące kościec i uzębienie kształtującego się organizmu, a więc sole fosforowo-wapniowe. Wreszcie mieszanka powinna być smaczna i pobudzać łaknienie niemowlęcia. Tym licznym warunkom nie mogą oczywiście sprostać mieszanki przygotowane domowym sposobem. Dlatego też lepiej stosować Fosfatynę Faliera (Specjalną do 6-go miesiąca, lub Zwykłą od 6-go miesiąca), nawet w odżywianiu naturalnym.

O ile zachodzi potrzeba stosowania mieszanek sztucznych niemowlętom najmłodszym, najkorzystniej je podawać na mleku kobiecym. Należy podkreślić, że mieszanka sztuczna jest tylko uzupełnieniem mleka i nie może je zastąpić. Przyrządzana na wodzie nadaje się do krótkotrwałego (parodniowego stosowania), w wypadku zaburzeń żołądkowych.

ODŻYWIANIE SZTUCZNE

Najlepszym pokarmem niemowlęcia jest pokarm naturalny matki. Musimy jednak zrezygnować z niego, kiedy matka jest ciężko chora (gruźlica płuc, cierpienie nerek, ciężka anemia itp.). Wówczas ustalenie sposobu odżywiania dziecka należy do lekarza. W tym miejscu można zaledwie podać zarys sztucznego odżywiania:

W pierwszym miesiącu życia, kiedy niemowlę przestaje być już noworodkiem, otrzymuje ono pięć razy po 120 g (8 łyżek stołowych) mieszanki mlecznej, składającej się z 60 g mleka (4 łyżki stołowe), 60 g wody, 1 łyżeczki mieszanki sztucznej (Fosfatyny Faliera Specjalnej) i 1 łyżeczki cukru zwykłego.

W drugim, trzecim i czwartym miesiącu życia: 5 razy dziennie po 180 g mieszanki, składającej się z 120 g mleka (8 łyżek stołowych), 60 g (4 łyżki stołowe) wody, 1½ łyżeczki powyższej mieszanki sztucznej i 2 łyżeczki cukru zwykłego.

W piątym i szóstym: pojedyńcze porcje dotychczasowej mieszanki zostają zamienione na mieszanki bardziej urozmaicone, a więc dziecko otrzymuje cztery razy wyżej wymienioną mieszankę i raz kaszkę mannę na wodzie z mlekiem (6 łyżek stołowych wody, 6 łyżek stołowych mleka, 2 łyżeczki manny i łyżeczka cukru).

W siódmym, ósmym i dziewiątym (tj. w trzecim kwartale): 2 razy mieszankę sztuczną (2 łyżeczki), mleka (8 łyżeczek stołowych), wody (4 łyżki stołowe) i cukru (2 łyżeczki); 1 raz mannę na wodzie

z mlekiem; „obiad niemowlęcy" (150 g zupy jarzynowej z łyżeczką masła i 6—8 łyżeczek gęstej przetartej jarzyny); 1 raz porcję owoców (roztarty banan lub jabłko).

W dziesiątym, jedenastym i dwunastym (tj. w czwartym kwartale): dziecko powinno być odżywiane tak jak w poprzednim kwartale, z tą jednak różnicą, że mieszanki sztuczne przygotowuje się na pełnym mleku.

ODŻYWIANIE MIESZANE

Konieczność odżywiania mieszanego, a więc podawania w pierwszym miesiącu życia niemowlęcia pokarmu naturalnego i mieszanek sztucznych, zjawia się wówczas, kiedy matka, zajęta pracą zawodową, nie ma czasu na ciągłe karmienie piersią lub posiada zbyt mało pokarmu w gruczołach mlecznych. Kiedy lekarz ustala, że ilość wyssanego przez dziecko pokarmu w ciągu dnia jest mniejsza od normy, wówczas dodaje ilości uzupełniające w ten sposób, że w ciągu pierwszego miesiąca życia uzupełnia mieszanką sztuczną do 600 g dziennie, a w ciągu następnych miesięcy do 900 g dziennie (np. o ile dziecko w trzecim miesiącu życia wyssie z piersi matki pięć razy po 100 g pokarmu, należy dodać po każdym karmieniu po 80 g sztucznej mieszanki). Chociaż dokarmianie napotyka dość często na przeszkody, to jednak przekładamy mieszane karmienie nad odżywianiem wyłącznie sztuczne.

SPOSÓB PRZYRZĄDZANIA KLEIKÓW I MĄCZEK

Kleiki sporządza się z płatków owsianych, ryżu, kaszy owsianej lub jęczmiennej.

Kleik owsiany. Wsypać 30 g kaszy owsianej do litra zimnej wody i gotować przez 1 godzinę. Kleik przecedzić przez sitko i dolać wody do 1 litra. Podobnież przyrządzamy kleik jęczmienny.

Kleik ryżowy lub owsianka. 70 g ryżu lub tyleż płatków owsianych zalać na noc zimną wodą. Zrana gotować 2—3 godziny i przecedzić przez sitko.

Fosfatyna Faliera. Do Fosfatyny Faliera Specjalnej lub Zwykłej (patrz rozdziały, omawiające odżywianie niemowlęcia w zależności od jego wieku) dodać kilka łyżeczek zimnego mleka i dobrze rozrobić na miękką papkę. Do tej miękkiej papki dolać jeszcze kilka łyżeczek mleka i wszystko starannie rozmieszać. Otrzymaną zawartość wlać do gotującego się mleka i mieszać łyżeczką, ażeby nie powstały krupki. W chwili zagotowania się zdjąć z ognia.[2]) Przy diecie przecukrzonej do gotującego się mleka wsypuje się cukier.

Mączki zbożowe przyrządza się z mąki pszennej, owsianej lub ryżowej. Również używa się mączki kukurydzowej. Celem przygotowania mączki bierze się 50 g mąki i 50 g cukru na 1 litr wody.

Przy pielęgnacji dziecka zwrócić musimy baczną uwagę, aby zabezpieczyć dziecku dostateczną ilość świeżego powietrza, czy to przez częste spacery, czy możliwie jak najczęstsze wietrzenie mieszkania. Jest rzeczą zrozumiałą, że dobrze jest, gdy się ma możność przeznaczenia dla dziecka osobnego pokoju. W każdym wypadku trzeba uważać, aby pokój miał dużo słońca. Poza tym drobiazgowa czystość dookoła musi być zachowana. Przy sprzątaniu uważać, aby dziecko nie wdychało kurzu. Pożądana jest bliskość łazienki. Natomiast sąsiedztwo kuchni, wraz z jej zapachami, nie jest wskazane. Umeblowanie proste, jasne, najlepiej biało-lakierowane, odpowiednie do zmywania z kurzu. Podajemy konieczne przedmioty do umeblowania pokoju: komoda z szufladami na bieliznę, na przybory toaletowe. Na blacie przygotowujemy poczwórnie złożony kocyk, w dopasowanej podszewce, lub poduszkę okrytą ceratą (co będzie potrzebne do kąpieli przy przebieraniu dziecka), łóżeczko metalowe, lub

---

[2]) Na 180 g mleka bierze się 1—3 łyżeczki FOSFATYNY FALIERA.

koszykowe, dwa, lub trzy krzesła (łóżko matki, czy piastunki metalowe, łatwe do mycia), stół i wanienka. Na wieszaku powinien wisieć fartuch, który zakładamy przy zbliżaniu się do dziecka. Jeżeli w mieszkaniu nie ma łazienki, w pobliżu drzwi powinna znajdować się umywalnia. Prześcieradełko kąpielowe suszymy w dziecinnym pokoju, a nie w łazience. Podłoga nie pokryta dywanem, a w oknach białe, lekkie firanki, nie tamujące dostępu światła i powietrza. Nie wolno dziecku sypiać w jednym łóżku z matką. Tanie i dobre są łóżeczka koszykowe, które można z łatwością wyszorować w wodzie z mydłem. Kołysanie dziecka, wożenie i noszenie przed zaśnięciem jest absolutnie niedopuszczalne i szkodliwe.

Komodę w pokoju może zastąpić stół, oraz szafka na bieliznę. W małych mieszkaniach, gdzie dziecko nie ma swego pokoju, oddzielamy część pokoju sypialnego rodziców, łóżeczko dziecka ustawiamy w pobliżu okna, obok stół lub szafkę z przyborami toaletowymi dziecka. W lecie trzymamy okna otwarte dniem i nocą, w zimniejsze noce dziecko okrywamy cieplej. W zimie, jeśli dziecko ma swój pokój, zabieramy dziecko do innego, przewietrzonego pokoju, w dziecinnym otwieramy okna na przeciąg co najmniej godziny. Przez 3—4 godziny pokój, po zamknięciu okna, ogrzeje się wystarczająco, będziemy więc mogli przed spaniem powtórzyć raz jeszcze wietrzenie, ale już krótsze. W mniejszych mieszkaniach, gdy jest przy tym dziecko, należy je ubrać, tak jak na spacer i wietrzyć z rana pokój pół godziny, a w ciągu dnia również otwierać kilka razy okno.

Zimą nie otwieramy okna całego, lecz uchylamy je tylko. Wtedy dziecko ubieramy i przykrywamy cieplej. — Sprzątanie pokoju dziecka powinno odbywać się na wilgotno, żeby nie wzniecać kurzu. Jeśli dziecko zostaje w pokoju, okrywamy mu twarz lekkim muślinem lub gazą. W pokoju, w którym dziecko sypia nie należy palić tytoniu. Temperatura powinna wynosić 17—18°. Dziecko powinno być codziennie na spacerze, najlepiej mieć na ten cel wózeczek. Pierwszy spacer dziecka, urodzonego w lecie, powinien odbyć się po dwóch tygodniach, od 15—20 minut, a każdego następnego dnia coraz dłużej. Dziecko urodzone w jesieni — pierwszy swój spacer odbywa po czterech tygodniach. Zimą, przyzwyczajamy dziecko do powietrza stopniowo, najpierw ubrane ciepło kładziemy do wózeczka lub łóżeczka na 10 do 15 minut, przy otwartym oknie. Po kilku dniach, przy mrozie nie większym jak 5° i przy dniu bez wiatru, możemy wywieźć dziecko na spacer. Spacery rozpoczynamy w 6-ym tygodniu po urodzeniu. Czas trwania spaceru 2—3 godz. Budę w wózeczku podnosimy jedynie w czasie deszczu, normalnie musi być opuszczona, umożliwiając dostęp powietrza i słońca. Ciepła czapeczka zimą, przewiewny kapelusik latem, zabezpieczający od przepalenia główki, wystarczy najzupełniej. Sypianie w wózku w mieszkaniu, ze względu na nieprzepuszczalność ceraty nie jest wskazane. Główka dziecka poci się łatwo, nie wolno więc, aby dziecko przebywało w domu z zakrytą główką. W razie silnego deszczu, wiatru lub mrozu dziecko zamiast spaceru powinno leżeć ciepło ubrane jedną do dwóch godzin przy otwartym oknie. Po powrocie ze spaceru przy silnym mrozie, nie należy zbyt gwałtownie wprowadzać dziecka do mocno ogrzanego pokoju, ze względu na możliwość odmrożenia.

Przy pielęgnowaniu jamy ustnej niemowlęcia pamiętać należy, że ślina, która obficie wydziela się przy ssaniu pokarmu, znakomicie dezynfekuje jamę ustną i że wszelkie dotykanie może — przy wyjątkowej jej delikatności — uszkodzić ją, przyczyniając się do zakażenia, a nade wszystko do wywołania białych nalotów t. zw. pleśniawek, które mogą rozsiać się na gardło, przełyk, oraz krtań. Jeżeli mamy do czynienia z pleśniawkami tylko w jamie

ustnej — stosujemy pędzlowanie nalotów roztworem boraksu z gliceryną.

Przy zachowaniu pedantycznej czystości wszystkiego, co ma styczność ze śluzówką, oraz przez unikanie dotknięcia się do niej i nie naruszenia — choroba ta nie zagraża dziecku. W tym wypadku pamiętać musimy o higienie piersi (obmywać przed podaniem), oraz przy sztucznym odżywianiu — smoczek przechowywany bezwzględnie czysto i często gotowany. Musimy dbać również o normalne funkcjonowanie przewodu pokarmowego.

Ząbkowanie, które rozpoczyna się około 6-go miesiąca po urodzeniu, poprzedza zaczerwienienie i obrzęk dziąsła. Dziecko odczuwa silne swędzenie i bolesność w tym miejscu, jednak nie jest to powodem poważniejszych cierpień, co tak często ludzie skłonni są twierdzić. Często choroby wynikłe w tym okresie, zostają zlekceważone i położone na karb ząbkowania, kiedy racjonalne leczenie zapobiegłoby poważniejszym następstwom.

Pierwsze zęby, tak zwane „mleczne", dziecko traci w 6—7 roku życia. Ząbkowanie u dzieci niedożywionych, dzieci krzywicznych itd. zaczyna się dopiero z końcem pierwszego roku życia. Jest to niedopuszczalne i należy bezwzględnie zasięgnąć w takim wypadku porady lekarza, który po rozpoznaniu przyczyny, usunie niedomaganie organizmu przez zastosowanie odpowiedniego odżywiania, naświetlania lampą kwarcową, lub przez zalecenie jakiegoś preparatu. Prócz lekarstw, przepisanych przez lekarza, musimy same pamiętać o dostarczenie dziecku witamin, surowych soków owocowych i jarzynowych, które specjalnie zaleca się dla dzieci z usposobieniem do krzywicy.

W miarę rozwoju organizmu dziecka — powoli, przyzwyczajać je możemy do ćwiczeń mięśniowych, uważając przy tym, aby nie przemęczyć wykonywaną gimnastyką serca, oraz nie zaziębić przy ćwiczeniach, które odbywać się muszą nago. Z początku stosujemy tylko powietrzne i słoneczne kąpiele, uregulowane umiejętnie dla młodego i delikatnego organizmu. Stopniowo, ostrożnie rozkładamy i zginamy rączki i nóżki, potem ćwiczymy mięśnie tułowia, co ułatwia potem dziecku samodzielne siedzenie i chodzenie. Jeśli dziecko zaczyna już samo chodzić — nie wolno go prowadzić za jedną rączkę, gdyż to jest powodem skrzywienia kręgosłupa. Wysiłek przy raczkowaniu i przy nauce chodzenia jest już dla dziecka gimnastyką, należy jednak zwracać uwagę, aby nie przyzwyczajało się ono do jednej jakiejś specjalnej pozycji, lecz aby wszystkie mięśnie jednakowo wprowadzone były w ruch. Latem pamiętajmy o zabawach na świeżym powietrzu, urozmaicając umiejętnie ćwiczenia, co zresztą dotyczy już chodzących dzieci. Przy pierwszych, prostych ćwiczeniach zwróćmy uwagę, jak niemowlę zareaguje na gimnastykę, w każdym razie nie stosować jej bez porozumienia z lekarzem. Patrząc przy ćwiczeniach uważnie na rozwój dziecka, będziemy mieli możność zapobiegnięcia w


DZIECKO RADOŚCIĄ MATKI
PŁOMYK-
radością
dziecka
Zaprenumerujcie
te tygodniki swoim dzieciom
WARSZAWA, UL. SMULIKOWSKIEGO 4. KONTO P.K.O. 6880

porę jakiemuś ewent. niedorozwojowi lub niedokładności organizmu.

Do pielęgnacji niemowlęcia należy racjonalne hartowanie, mające na celu uodpornienie skóry na uczucia zimna i ciepła, oraz zabezpieczenie górnych dróg oddechowych od zaziębień. Przez częste przewietrzanie mieszkania, utrzymujemy w nim odpowiednią temperaturę, a przez możliwie najwcześniejsze zetknięcie niemowlęcia z powietrzem — rozpoczynamy stopniowe hartowanie, naturalnie tylko dzieci zdrowych. Dziecko musi być przykryte lekko, nigdy puchową poduszką. Starsze dzieci nacieramy zimną wodą, latem stosujemy kąpiele morskie i rzeczne, oraz słoneczno-powietrzne. W każdym razie zabiegi wodne stosujemy po porozumieniu z lekarzem. Twarz i rączki myjemy w wodzie o temperaturze pokojowej, odpowiedniej do nacierania całego ciała. Jeśli dziecko po nacieraniu wieczorem źle śpi, należy ten zabieg przenieść na rano. Pierwsza kąpiel powinna trwać 5 min., stopniowo przedłużamy do pół godziny. Latem, na świeżym powietrzu, dziecko cały dzień powinno nosić majteczki kąpielowe, zamiast ubranka. Kąpiele słoneczne stosować należy bardzo ostrożnie nie tylko z obawy poparzenia, lecz że nie każdy organizm je znosi. Rozpoczynamy od 3 min. od nóg, stopniowo odsłaniamy całe ciało, i tak co dnia naświetlamy po 5 minut, aż wreszcie całe ciało będzie wystawione na działanie słońca. Potem co dzień dodajemy po 5 minut, aż dojdziemy do ½ godziny dziennie. Opalone dziecko może już dłużej przebywać na słońcu. Głowa ma być zawsze okryta białą czapeczką lub chusteczką. Przy hartowaniu i pielęgnacji dziecka zwracać musimy uwagę, aby ubranie, które nosi było lekkie i przewiewne. Starsze dzieci, 2, 3 i 4-letnie powinny nosić zimą rzeczy wełniane, które nie rozgrzewają się zbytnio i nie uciskają. Nie wolno dawać dziecku donaszać ubrania starszych. W lecie sukienki bez rękawów dla dziewczynek, a spodenki kąpielowe dla chłopców są najbardziej wskazane. Skóra zahartowana latem i jesienią — będzie odporna na chłody zimowe. Pamiętajmy, że w przegrzanych mieszkaniach dziecko ubierać należy lżej, niż w przewiewnym, niedopalonym mieszkaniu. Nogi i ręce okrywać ciepło, aby zabezpieczyć przed odmrożeniem. Noszenie skarpetek w czasie zimy jest nieracjonalne i szkodliwe.

Dzieci, urodzone między siódmym i dziewiątym miesiącem ciąży, nazywamy „wcześniakami". Różnią się one wyglądem i wagą od normalnie urodzonego dziecięcia. Do pielęgnacji ich stosować musimy inne sposoby, a przede wszystkim z dro-

błazgową dokładnością wypełnienia zleceń lekarskich, gdyż tylko wtedy uda się nam utrzymać dziecko przy życiu. Czasem bywa, że i dzieci normalnie urodzone są bardzo wątłe, drobne, o niskiej wadze. Dzieci, ważące mniej niż 3.000 gr. zaliczamy do dzieci wątlejszych. T. zw. „wcześniaczki" ważą od 1.000 gr. do 2.500 gr., wzrostu mają około 48 cm., skórę cienką, pomarszczoną, pokrytą meszkiem, łuszczącą się, bez podściółki tłuszczowej, podatną do zakażeń. Temperatura ciała chwiejna, łatwo ulega nadmiernemu podniesieniu, oraz spadkowi. Oddech nierówny, słaby. Pozbawione pomocy może oddech stracić i umrzeć. Dziecko takie trzeba trzymać w poduszce, w temperaturze wyższej, niż normalne dziecko (22° — 25°), pokój jednak starannie wietrzyć, pamiętając o trudnościach dziecka przy oddychaniu. Nóżki i tułów dziecka zawijamy w duże płaty waty, na zewnątrz okładamy termoforami gumowymi z ciepłą wodą, albo elektrycznymi. W braku nich, stosujemy butelki z gorącą wodą. Dwie układamy z boku, jedną w nóżkach. Uważać, aby butelki lub termofory były szczelnie zamknięte, z obawy przed śmiertelnym poparzeniem. Ciepłotę sprawdzamy często, ponieważ zagrzanie, lub niedogrzanie może być szkodliwe. Temperatura w bliskości ciałka powinna wynosić około 32°. Przewijać dziecko szybko, zręcznie, najlepiej w łóżeczku. Temperaturę ciała mierzyć kilka razy dziennie (w kiszce stolcowej, termometr namaszczony oliwą). Przy odpowiednim ogrzaniu zewnętrznym temperatura ciała powinna wynosić 36° do 38°. Skórę przedwcześnie urodzonego dziecka zaraz po urodzeniu zmywamy watką, umaczaną w jadalnej oliwie (całe ciałko). W drugim lub trzecim tygodniu kąpiemy w przegotowanej wodzie, ale bardzo krótko. Czasem lekarze zalecają kąpiel wcześniejszą, w celu pobudzenia ośrodków oddechowych.

Najmniejsze zadraśnięcie skóry dziecka może być przyczyną ciężkiego zakażenia, to też przestrzegamy drobiazgowo zasad czystości. Pieluszki gotujemy po każdym zmoczeniu; po zmaglowaniu, prasujemy. Temperatura gorącego żelazka ma działanie bakteriobójcze. Pośladki zmywamy często oliwą. Zwracamy uwagę na pocenie i na zmianę pieluszek. Przed każdym zbliżeniem do dziecka myć ręce, nakładać fartuch, a w razie kataru nosić maskę z kilkakrotnie złożonej gazy, a najlepiej w tym czasie pielęgnację „wcześniaka" oddać komu innemu z domowników. W ogóle należy traktować dziecko, jak otwartą ranę. Zwrócić trzeba uwagę na idealną czystość przyborów toaletowych dziecka. Wata ma stać w zamkniętym słoiku, oliwa ma być przed użyciem sterylizowana.

Odżywianie „wcześniaka" musi być niezmiernie uregulowane i systematyczne, przeważnie co dwie godziny, w czasie przewidzianym przez lekarza. Bez względu na to, że dziecko śpi smacznie, obudzić i nakarmić, gdyż tylko staranna i sumienna pielęgnacja kruchy organizm utrzymać może przy życiu. Jeżeli matka ma dostateczną ilość pokarmu i dziecko jest dość silne, przystawiamy je do piersi normalnie, ucząc ssać. Jeśli jest słabe, karmimy je pokarmem odstrzykniętym od piersi matki, przy pomocy smoczka, łyżeczki, lub kroplomierza. Pokarm zagrzewamy. „Wcześniak" przez pierwsze miesiące musi być bezwzględnie pod opieką i kontrolą lekarza.

c) Kobieta lekarką domową

WAŻNIEJSZE CHOROBY ZAKAŹNE

Choroba zakaźna powstaje na skutek rozwinięcia się w organizmie zarazka, który się doń przedostał z zewnątrz. Od chwili wniknięcia zarazka do czasu wystąpienia objawów choroby upływa zawsze pewien czas, w ciągu którego zarazek się w organizmie rozwija, okres ten zwiemy „wylęganiem“. Zarazki przenoszą się rozmaicie, bądź na odzieży i przedmiotach użytku, bądź z pokarmu, wody itp., niektóre choroby przenoszą się przez t. zw. „nosicieli“, t. j. osoby, które w jamie ustnej czy odchodach mają czas długi przechowane zarazki przebytej choroby. To też osoby takie należy, zwłaszcza od dzieci, izolować i co pewien czas, drogą analizy stwierdzać, czy są jeszcze niebezpieczne. Część zarazków pewnych chorób została już zbadana, jak dotąd jednak, nie wszystkie. Dla niektórych chorób mamy już szczepionki, stosowane jako środek zapobiegawczy bądź leczniczy, ponieważ jednakże nie możemy ich stosować bez wskazówek i pomocy lekarza, nie będziemy się nimi zajmowali, zaznaczymy jednak, że dla dobra chorego należałoby się nimi posługiwać jak najszerzej. Przy opisach, zaznaczyliśmy niżej, dla których istnieją odpowiednie szczepionki. Szczepionki już niejednemu uratowały życie.

Tylko w wypadkach cukrzycy, zapalenia nerek, otwartej gruźlicy i innych ciężkich schorzeniach nie stosuje się zwykłych szczepień, tylko uodparnia drogą specjalną, wskazaną przez lekarza (doustnie, jelitowo).

Miejsce, w którym dokonano szczepienia, musi być utrzymane w czystości, bez moczenia przy myciu, bieliznę w tym okresie zmieniać należy codziennie, miejsc zaszczepionych nie dotykać i nie drapać, nie robić okładów, żadnych smarowań maściami, nie pudrować itd. W razie silnego bólu, obrzęku, lub zaczerwienienia zwrócić się, jeżeli można, do lekarza, który zastosował szczepienie. Przy wyszczególnianiu chorób zaznaczyliśmy, przy których mogą być stosowane szczepionki ochronne i surowice, tu podajemy jeszcze te choroby, o których nie będzie mowy, a przy których również należy szczepionki stosować. Są to: cholera azjatycka, grypa, zapalenie płuc, meningokoki, zakażenie popołogowe, gruźlica, wścieklizna.

BŁONICA (dyfteryt). Zarazek odkryty. Czas wylęgania do 7 dni. Rozpoczyna się anginą, wymiotami, bólem głowy. Język suchy, obłożony. Na migdałkach plamy szaro-białawe, wyraźnie odcinające się od czerwonych migdałów. Przy lekkim przebiegu trwa tydzień. Możliwe powikłania: 1) błonica złośliwa, kiedy gardło obrzmiałe mocno. Chrypka, kaszel, duszność, tętno szybkie, siność twarzy. Są to objawy krupu, czyli groźnego dławca krtani; 2) błonicze zapalenie mięśnia sercowego; 3) błonicze zapalenie nerek; 4) pobłonicze porażenie niektórych mięśni. Okres zaraźliwości trwa dopóki można stwierdzić w gardle i nosie zarazki błonicze. Dzieci w wieku szkolnym odosobnić należy przez 3 tygodnie, licząc od początku choroby.

starsze osoby z otoczenia chorego — 7 dni od rozpoczęcia choroby. Po chorobie konieczna dezynfekcja mieszkania. Zarazki przenoszą się bezpośrednio przez chorego lub przez nosiciela choroby. Można zastosować szczepionki ochronne. Małe dzieci i niemowlęta zapadają przeważnie na błonicę nosa, gardło jest pozbawione nalotów, z nosa wydzielina jest ropno-żółta. W wypadku krupu zachodzi czasem konieczność nacięcia tchawicy dla uratowania przed uduszeniem.

DUR BRZUSZNY. Zarazek znany. Czas wylęgania choroby 10 do 20 dni. Z początku brak apetytu, silne bóle głowy, znużenie, odurzenie i senność. W pierwszym tygodniu choroby dreszcze, temperatura wzrasta stale, język obłożony szaro-żółtym nalotem, koniec i brzegi czerwone. Brzuch wzdęty, bolący, stolce zaparte. Pomimo gorączki tętno powolne. W drugim tygodniu temperatura, która podniosła się do 40°, utrzymuje się przy małym wahaniu. Chory leży nieprzytomny. Stolce rozwolnione 2 do 4-ch razy dziennie, mało zabarwione. Na skórze brzucha i klatki piersiowej w początku drugiego tygodnia pojawia się wysypka, drobne plamki, rzadko rozrzucone. Możliwość bronchitu (nieżyt oskrzeli). W trzecim tygodniu temperatura stopniowo opada, choć inne objawy trwają. Należy zwrócić uwagę na skórę chorego, aby nie powstały odleżyny. W czwartym tygodniu gorączka opada wolno, zjawiają się poty, przytomność wraca, apetyt także, wysypka przechodzi, język się oczyszcza, biegunka ginie. W piątym tygodniu rozpoczyna się wyzdrowienie. Czasem następują powikłania, najczęściej w 3-ym tygodniu choroby: 1) krwotoki jelitowe (krwawy stolec), 2) zapalenie otrzewnej z powodu przedziurawienia kiszek przez owrzodzenie durowe, 3) zapalenie płuc, 4) podurowe zapalenie żył. Możność zarażenia przez kał, mocz, krew, owady, zwłaszcza muchy. Czasem zarazki można wykryć w wodzie (należy pić wodę tylko przegotowaną). Izolowanie chorego trwa tak długo, aż analiza wykaże brak zarazków w kale lub moczu. Można zastosować szczepionkę.

DUR PLAMISTY (wysypkowy). Czas wylęgania choroby do 22 dni. Ciepłota z dreszczami podnosi się do 38°—40° C. Od trzeciego dnia choroby gorączka ustala się. Twarz i oczy silnie czerwone. Czwartego albo piątego dnia rozpoczyna się wysypka, najpierw na górnych kończynach na wewnętrznej stronie, na brzuchu i plecach, potem na czole i nogach. Plamki wysypki dość rzadkie, oddzielnie rozrzucone. Chory nieprzytomny, niewyłączone są kurcze mięśni twarzowych i kończyn. Język suchy. Obłożony. Po 12, 16 dniach rozpoczyna się spadek temperatury, trwający dwa dni. Skóra w miejscach wysypki zaczyna się trochę łuszczyć. Z powikłań chorobowych zdarza się zapalenie mięśnia sercowego. Zwracać uwagę na możliwość odleżyn na skórze. Rozsadnikiem duru plamistego są wszy, które po ugryzieniu chorego, przenoszą zarazki na człowieka zdrowego. Można zastosować szczepionkę ochronną. Dzieci w wieku szkolnym izolujemy 6 tygodni od początku choroby, domowników z otoczenia ozdrowieńca — 3 tygodnie od wybuchu choroby w domu. Dezynfekcja i wytępienie owadów (w pierwszym rzędzie wszy).

DUR POWROTNY. Zarazek odkryty. Okres wylęgania do siedmiu dni. Początek choroby niespodziewany. Dreszcze, wymioty, temperatura do 40° C, która trwa z wahaniami 4—7-miu dni. Nagle podnosi się do 41° C i przy potach opada do 35° C. Po kilku normalnych dniach temperatura znów skacze na krótko, potem znów się podnosi po raz trzeci, przy czym chory odczuwa bóle w krzyżu, głowie i rwące bóle w kończynach. Mimo wysokiej gorączki nie traci przytomności. Często występuje żółtaczka. Stolec zaparty. Zarazę tę przenoszą: wszy, pluskwy, pchły i zakażone ubranie. Odosobnienie powinno

trwać, dokąd we krwi analiza wykazuje zarazki.

HEINE-MEDINA. Zarazek dotąd nieznany. Okres wylęgania około dziesięciu dni. Pierwszy okres, to wysoka gorączka, wymioty, nieżyt oskrzeli i nosa, senność, sztywność karku i grzbietu, oraz szczękościsk. Są to objawy podrażnienia opon mózgowych. Drugi okres występuje po dwóch, trzech dniach, czasem zaraz po rozpoczęciu choroby. Pierwsze objawy: niedowład kończyn i grzbietu, potem porażenie mięśni. Po kilku tygodniach porażenie mięśni częściowo przechodzi, pozostaje jeszcze porażenie niektórych mięśni, przeważnie brzucha lub nóg. Okres ten trwa około 1—1½ roku. Pozostałe porażenia leczy się zabiegami ortopedycznymi lub elektryzacją. Bywają zejścia śmiertelne. Bakterie przenoszą się przez przedmioty zanieczyszczone wydzielinami chorego, z przewodu pokarmowego, gardła, nosa, oraz przez bezpośredni kontakt z chorym. Izolowanie chorego powinno trwać przez cały czas okresu gorączkowego. Okres zaraźliwości trwa do 3 tygodni od chwili rozpoczęcia tej choroby. Epidemia zazwyczaj występuje w lecie i jesieni.

KRZTUSIEC (koklusz). Zarazek odkryty. Czas wylęgania choroby około 2-ch tygodni. Pierwsze objawy: katar, chrypka, i bronchit. Dziecko wstrzymuje oddech, staje się lękliwe. Po dwóch tygodniach, a czasem szybciej następują ataki kaszlu, przy głębszym oddychaniu. Okres tych ataków kaszlu trwa 2 — 3 tygodni, potem w ciągu pięciu następnych tygodni pozostaje kaszel zwykły, z plwociną śluzowo - ropną. Powikłaniami mogą być: zapalenie płuc, kurcze nerwowe, rozedma płuc, oraz przepukliny. Wynaleziono szczepionkę i surowicę przeciwkrztuścową. — Zarazki przenieść można przez bezpośrednie zetknięcie się z chorym, lub przez przedmioty używane przez chorego. Odosobienie dziecka w wieku szkolnym trwać musi

6 tygodni od ustąpienia kaszlu napadowego. Dla otoczenia chorego 2 tygodnie.

ODRA. Zarazek odry dotąd nieznany, okres wylęgania choroby trwa do 11 dni. Pierwsze objawy: katar, światłowstręt, chrypka, kaszel, nieżyt spojówek oczu. Gorączka do 39°. Na błonie śluzowej policzków ukazują się białe plamki, otoczone czerwonym brzegiem, które giną szybko. Potem pojawia się wysypka, składająca się z czerwonych plamek, zlewających się w większe, najpierw za uszami, potem na twarzy, wreszcie na tułowiu i kończynach. Gorączka dochodzi do 40°C. Po 5 dniach gorączka opada, wysypka ginie, nieżyt nosa i bronchit mijają, rozpoczyna się okres łuszczenia skóry, który trwa około 12 dni. Wtedy mogą nastąpić powikłania, np. zapalenie ucha środkowego (ból głowy za uchem, gorączka), lub zapalenie płuc. Zarażenie może nastąpić przy bezpośrednim zetknięciu się z chorym, lub przez przedmioty, używane przez chorego, czasem przez osoby trzecie. Izolacja powinna trwać: 2 tygodnie od czasu zniknięcia wysypki dla ozdrowieńców, dla otoczenia chorego ten sam czas.

OSPA NATURALNA. Okres wylęgania trwa do 13 dni. Choroba rozpoczyna się nagle. Gorączka do 40°, dreszcze, świdrujący ból krzyża i zawroty głowy. Po trzech dniach zjawia się wysypka na

udach (różowe plamki różnej wielkości). Gdy gorączka spadnie do 38°C, a dolegliwości słabną — następują właściwe wykwity ospowe, w formie guzków czerwonych na twarzy i owłosionej części głowy. Guzki te, stopniowo, zamieniają się na pęcherze, po 2-ch dniach ropieją, i zamiast grudek widać krosty wypełnione ropą. Około 13 dnia choroby gorączka opada, krosty wysychają, a w końcu trzeciego tygodnia odpadają zaschnięte strupy. — Przenoszenie zarazy: przez bezpośrednie zetknięcie się z chorym, przez przedmioty używane przez chorego, przez muchy, kurz, oraz przez osoby trzecie, lub przedmioty przez chorego używane. Okres zaraźliwości trwa aż do zupełnego odpadnięcia strupów i łusek. — Stosuje się znaną szczepionkę.

OSPA WIETRZNA. Okres wylęgania choroby do 3 tygodni. Zarazek nieznany. Przy niezbyt wysokiej temperaturze pojawiają się różowe plamki najpierw na twarzy i owłosionej części głowy, potem na całym ciele. W czasie jednego dnia plamki zamieniają się częściowo w grudki, częściowo w pęcherzyki, zawierające ciecz surowiczą. Po 2 — 3 dniach od powstania pęcherzyki zasychają, a po 8 do 10 dniach oddzielają się od skóry. — Zarazek przenosi się bezpośrednio z chorego na zdrowych. Izolacja trwa: dla ozdrowieńców 2 tygodnie od początku wysypki, dla zdrowych z otoczenia chorego równie długo.

PŁONICA (Szkarlatyna). Zarazek nieodkryty. Czas powstawania choroby do 5 dni. Rozpoczyna się gwałtownie: ból głowy, wymioty, ból gardła. Temperatura do 39° — 40°C. Język ma barwę malinową, migdałki i gardło jaskrawo czerwone, gruczoły na karku obrzękłe i bolesne. Po 12 do 24 godzinach od początku choroby ukazuje się wysypka, przy znacznej gorączce. (Wysypka ma wygląd drobnych plamek szkarłatno - czerwonych, gęsto usianych, nie zlewających się w większe). Początkowo ukazuje się na szyi i piersiach, potem na brzuchu, wreszcie na twarzy, prócz przestrzeni, obejmujących nos, podbródek i usta, które odbijają bladością od czerwieni całej twarzy. Podczas wysypki stan zapalny gardła potęguje się. Pod koniec pierwszego tygodnia choroby wysypka blednie, czasem wogóle przechodzi, gorączka powoli opada, a z początkiem drugiego tygodnia rozpoczyna się łuszczenie płatowate, które trwa przeważnie 4 tygodnie. Stan bezgorączkowy zaczyna się już w drugim tygodniu. Pojawienie się po raz drugi gorączki jest dowodem powikłania choroby przez dur płoniczy, który objawia się odurzeniem i wypróżnieniami śluzowo - krwawymi, lub przez błonicę płoniczą (naloty w gardle, ropienie szyi, ropotok z nosa), niekiedy zdarza się zapalenie ucha środkowego (silne bóle głowy z wysoką gorączką). W trzecim tygodniu choroby pojawiają się czasem i inne powikłania, jak np. zapalenie nerek, zapalenie stawów, lub zapalenie mięśnia sercowego. Stosuje się szczepionkę i surowicę przeciw płonicy. Przenoszenie zarazków przez osobisty kontakt z chorym, stykanie się z osobami trzecimi, mającymi kontakt z osobami z otoczenia chorego, oraz przez przedmioty, używane przez chorego. Zarazki znajdują się w śluzie i ropie z jamy ustnej i gardła, w ropie z ucha, w moczu, oraz złuszczonej skórze. Okres izolacji powinien trwać 6 tygodni, czasem dłużej. W myśl przepisów szkolnych: do czasu zupełnego ustąpienia łuszczenia, nie mniej jednak jak 6 tygodni, od początku choroby.

RÓŻA. Zarazek znany. Czas powstawania choroby do 3 dni. Rozpoczyna się gwałtownie, przy dreszczach i gorączce 40 — 41°C. Na skórze, przeważnie twarzy i głowy, najczęściej w miejscach, gdzie poprzednio było choćby nieznaczne skaleczenie, zadrapanie lub krostka, ukazują

się plamki czerwone zlewające się. W tych miejscach skóra robi się bolesna na ucisk, obrzękła, zaczerwienione brzegi skóry odcinają się od skóry zdrowej. Choroba rozszerza się odśrodkowo, zataczając coraz szersze miejsce na skórze. Na chorym miejscu mogą powstać ropnie i pęcherze. Gojenie rozpoczyna się od środka, to znaczy od miejsca, z którego się zaczęła szerzyć, na brzegach jednak może rozprzestrzeniać się dalej. W gojącym się miejscu następuje łuszczenie. Przez cały czas wysoka gorączka trwa. Około 9 dnia przeważnie rozpoczyna się gojenie, choć możliwie są nawroty, zwłaszcza u osób, które mają specjalną skłonność do róży, u których w jakiś czas po wygojeniu może znów nastąpić zakażenie. Jest to właściwość tej choroby, gdyż inne zakaźne choroby uodporniają organizm przeciwko ponownemu zarażeniu. — Róża zaraźliwa jest przez cały czas trwania choroby, przenieść można przez bezpośredni kontakt z chorym, lub przez przedmioty, których używa.

ŚWINKA. Zarazek nieznany. Okres wykluwania się choroby około 18 dni. Na początku, przez pierwsze dwa dni lekkie podniesienie temperatury, bóle głowy, i uszu. Potem gorączka wzrasta. Poniżej ucha z jednej i drugiej strony twarzy powstaje obrzęk. Ponad obrzękiem skóra jest barwy normalnej, lśniąca. Przy otwieraniu ust i żuciu chory odczuwa ból. Czasem obrzękowi ulega część podszczękowa. Po 5 — 7 dniach obrzęk zaczyna się zmniejszać i gorączka opada. Powikłaniami świnki mogą być zapalenie tarczycy, trzustki lub gruczołów łzowych. U mężczyzn czasem jako powikłanie występuje zapalenie jąder. — Zarażenie następuje przez kontakt z chorym. Okres zaraźliwości trwa do chwili zniknięcia obrzęku z twarzy. Stosownie do przepisów szkolnych — 2 tygodnie od wystąpienia obrzęku. Ten sam okres jest przepisowy i dla otoczenia chorego.

TĘŻEC. Zarazek znany, znajduje się najczęściej w ziemi uprawnej, albo przedmiotach zanieczyszczonych ziemią. Dostaje się przez zranioną skórę lub błonę śluzową i wywołuje zakażenie. Okres wykluwania choroby od chwili przedostania się zarazka trwa około 14 dni. Rozpoczyna się gorączką, kurczami mięśni, szczękościskiem (zgrzytanie zębami). Przez cały czas choroby chory jest nieprzytomny. Jeżeli zakażenia nie leczyć surowicą swoistą — chory umiera. Leczenie rozpocząć jak najprędzej. Wynaleziono surowicę przeciwtężcową, którą można stosować zapobiegawczo w wypadku zanieczyszczenia rany ziemią, lub skaleczenia się brudnym przedmiotem. Tężec nie jest zaraźliwy przez kontakt z chorymi, pomimo, że jest chorobą zakaźną.

ZIMNICA (malaria). Choroba ta powstaje przez ukąszenie komara (widlisza), który przenosi ją z chorego na zdrowego człowieka, wprowadzając zarazki malarii do krwi, gdzie zagnieżdżają się i mnożą, przy czym powstaje silna gorączka, oraz dreszcze. Rozróżniamy trzy gatunki zarazków (pasożytów malarii): 1) te, które rozmnażają się co 48 godzin, wtedy ataki gorączki występują co dwa dni, 2) te, które rozmnażają się co 3 dni i właśnie w tym czasie przypada atak gorączki, i 3) z powodu zimnicy, która regularnie panuje w krajach tropikalnych, przy której ataki powtarzają się nawet co kilka godzin. — Przy ataku malarii charakterystyczne są silne dreszcze i gorączka. Malarii tropikalnej z nieregularnymi napadami nie spotyka się. — Malaria przybiera zazwyczaj postać przewlekłej, zwłaszcza w miejscowościach malarycznych, (to znaczy, gdzie się znajdują komary z gatunku widlisza) i przyczynia się do niedokrwistości organizmu oraz ogólnego osłabienia. Przez kontakt z chorym nie można się zarazić malarią, jedynie gdy zakażony komar ukąsi.

POSTĘPOWANIE W WYPADKACH STWIERDZENIA CHOROBY ZAKAŹNEJ

Osobę, podejrzaną o chorobę zakaźną, musimy przede wszystkim izolować od reszty domowników, a przede wszystkim od dzieci i młodzieży szkolnej. Opiekę nad chorym powinna objąć jedna, lub dwie osoby na zmianę, choremu należy wyznaczyć oddzielny, najlepiej nie przechodni pokój, widny i obszerny. Lekarza należy zawezwać natychmiast, gdyż często zabieg choroby, a nawet życie człowieka może zależeć od tego. Osoby nie zamożne, które nie korzystają z pomocy Ubezpieczalni, mogą być leczone na koszt gminy po zawiadomieniu odpowiedniego nadzoru sanitarnego lub lekarza powiatowego. Niekiedy wskazane bywa przewiezienie chorego do szpitala. Decyduje o tym lekarz i rodzina powinna się do tego zastosować. Jeżeli jednak lekarz zezwala na pozostawienie chorego w domu — wszystkie jego zarządzenia muszą być bezwzględnie wypełniane. A więc odpowiednia dieta, podawanie wyłącznie przez niego zapisanych lekarstw, wykonywanie odpowiednich zabiegów itd. Osoba, pielęgnująca chorego powinna przebywać w pokoju chorego stale w białym fartuchu z długimi rękawami, w chusteczce na głowie i strój ten pozostawiać w pokoju chorego, wychodząc. Poczem dokładnie wymyć ręce z wodą z mydłem, opłukać je w wodzie z izolem lub sublimatem. W ogóle dbać musi o pedantyczną czystość, aby nie przenieść zarazków choroby na pozostałych domowników. Wszystkie posługi przy chorym, jak sprzątanie pokoju, dezynfekowanie odchodów, mycie naczyć, używanych przez chorego, w specjalnym naczyniu, z dodaniem do wody sody zwykłej musi również wykonać sama. Sprzęty znajdujące się w pokoju chorego nie mogą być bez dezynfekcji przenoszone do innego pokoju. To samo stosuje się do szczotek, ścierek, pościeli i naczyń używanych przez chorego. Bielizna osobista, pościel i strój ochronny pielęgnujących musi być, przed oddaniem do prania, namoczony w lekkim roztworze lyzolu, a przy praniu dokładnie gotowany. — Odchody chorego, zaraz po oddaniu zalewać przygotowanym mlekiem wapiennym. Naczynie szczelnie przykryć i pozostawić przez godzinę, potem dopiero wlać do klozetu. Najlepszy do tego użytku będzie basen blaszany emaliowany, który musi być kilka razy dziennie wyparzany gotującą się wodą z dodatkiem sody (najlepiej po każdym użyciu). Klozet dezynfekować raz dziennie karbolem. Osoba pielęgnująca musi również myć dokładnie i czesać chorego, prześcielać mu łóżko, zmieniać pościel, mierzyć temperaturę itd. — Bielizna osobista i pościelowa, używana przez chorego, powinna być bez łat i cer, które mogą wywołać podrażnienie skóry i doprowadzić do odleżyn. Wszelkie zaczerwienienia na skórze rozcierać codziennie spirytusem. Łóżko najlepiej prześcielać rano i wieczorem, uważać, aby przy jedzeniu nie sypały się okruchy, podkładać w tym celu przed jedzeniem dużą serwetkę na kołdrze, po jedzeniu zdjąć ostrożnie i strzepać. Jeżeli zachodzi obawa zanieczyszczenia się chorego w łóżku, dla ochrony, położyć podkład gumowy, umocowany agrafkami do materaca, na wierzch prześcieradło, gdyż ciało nie powinno się dotykać do gumy, gdyż wywołuje podrażnienie skóry. To samo dotyczy krążków gumowych. Przy zakładaniu prześcieradła pamiętać należy, aby duży kawał zakładać pod materac, gdzie znajduje się głowa chorego, gdyż w ten sposób unika się tworzenia fałd. Odleżyny na ciele chorego dowodzą złej pielęgnacji skóry i wadliwego słania łóżka. Nie wolno układać chorego na piernatach.

Pamiętać należy, że ranki mogą być przyczyną ropni, oraz ogólnego zakażenia zarazkami ropotwórczymi lub zarazkami róży.

PIERWSZA POMOC W NAGŁYCH WYPADKACH

OPARZENIA. Objawy 1-go stopnia: obrzęk, zaczerwienienie, bolesność. Leczyć okładami z wody wapiennej i oleju lnianego, w równych częściach.

Objawy 2-go stopnia, objawy jak wyżej, później pęcherze. Leczyć przez nakłucie pęcherzy wygotowaną igłą, potem okłady z wody wapiennej i oleju lnianego.

Objawy 3-go stopnia: skóra spalona, szaro-biaława, lub czarna. Strupy. Leczyć najpierw okładami z wody Burowa, potem opatrunki z gazy jodoformowej.

Przy większych oparzeniach wezwać lekarza. Dzieci nawet przy oparzeniach 1-go i 2-go stopnia zawieźć do lekarza.

Oparzenia kwasami. Miejsce oparzone obmyć kilka razy wodą z sodą, potem nałożyć opatrunki z gazy wyjałowionej.

Oparzenia ługami: miejsca oparzone obmywać wodą z octem, potem nałożyć opatrunek.

Oparzenia wapnem: miejsce oparzone obmyć oliwą, potem wodą z octem i nałożyć opatrunek.

ODMROŻENIA. Objawy 1-go stopnia: skóra w miejscach odmrożonych najpierw biała, potem obrzękła i czerwona. Leczyć przez nacieranie miejsc pobladłych śniegiem, aż do zaróżowienia. Osobę, która uległa odmrożeniu nie wpuszczać od razu do ciepłego pokoju. Trzeba ją do ciepła stopniowo przyzwyczaić.

Objawy 2-go stopnia: silny obrzęk skóry, potem pęcherze. Leczyć przez nakłuwanie pęcherzy wygotowaną igłą, potem nałożyć opatrunek z maści kamforowej.

Objawy 3-go stopnia: obrzękła skóra staje się siną, potem czarną. Leczyć przez nałożenie opatrunku z maści kamforowej. Pomoc lekarska konieczna.

STŁUCZENIE: na uderzone miejsce nałożyć zimny kompres, który zmieniać jak najczęściej. Przy silniejszych uderzeniach stosować okłady z lodu, oraz ograniczyć ruchy stłuczoną częścią ciała.

ZRANIENIA: otarcie naskórka leczyć przez obmycie alkoholem dookoła otartego miejsca, samo zadraśnięcie zajodynować 2% jodyną i nałożyć opatrunek z wyjałowionej gazy.

Przy czystej ranie, okolicę obmyć alkoholem, jeśli przy rance są włosy — zgolić je, brzegi ranki zajodynować 2% jodyną i nałożyć opatrunek.

Przy zanieczyszczonej ranie usunąć wyjałowionymi szczypczykami strzępki ubrania, włosów itp. Na ranę nalać wody utlenionej, wytworzoną pianę zbierać zwitkiem gazy. Okolicę rany obmyć alkoholem. Jeśli rana zanieczyszczona jest ziemią — lekarz powinien zastosować zastrzyk przeciwtężcowy.

KRWOTOKI. **Krwotok z nosa:** posadzić chorego z głową odchyloną do tyłu. Na nos i kark zimne okłady. Na nogi ciepłą bańkę. Skrzydła nosa przycisnąć do przegrody nosowej. Przy mocniejszych krwotokach stosować do nosa tampony z gazy zwilżonej przegotowanym octem lub sokiem z cytryny.

Krwotok z płuc: chorego ułożyć w pozycji półsiedzącej, na klatkę piersiową zimne okłady, do łykania lód. Chory musi mieć bezwzględny spokój, nie wolno go poruszać. Nie wolno podawać ciepłych pokarmów, alkoholu, jedynie łyżeczką zimne mleko, oraz galarety z żelatyny. Wezwać lekarza.

Krwotok z żołądka objawia się przez krwawe lub czarnawe wymioty (jak fusy od kawy). Leczyć bezwzględnym spokojem, leżeniem w łóżku. Położyć worek z lodem na żołądek. Pokarmów i płynów nie podawać. Wezwać lekarza.

Krwotok z kiszek, którego objawem jest krew w stolcu, leczyć, jak przy krwotoku żołądka.

Krwotok z kobiecych narządów rodnych: Wezwać lekarza, przed przybyciem którego chorą ułożyć w łóżku, na dolną część brzucha przykładać lód.

KRWOTOKI PRZY ZRANIENIACH: **Krwotok z tętnicy** objawia się przez krew mocno czerwoną, tryskającą rytmicznie z tętnicy. Ratować przez uciśnięcie zranionej tętnicy powyżej ramienia, t. j. w odcinku najbliżej serca. Np.: przy ranie na twarzy — ucisk na szyi po tej samej stronie; przy zranieniu głowy ucisk na tętnicę skroniową; przy zranieniu szyi — ucisk w kącie utworzonym przez obojczyk i mostek, przy zranieniu ramienia — ucisk nad obojczykiem; przy zranieniu przedramienia — w zgięciu łokciowym (o ile zranienie jest po stronie zgięcia), jeżeli po przeciwnej — ucisk na dół pachowy. Przy zranieniu uda — ucisk na pachwinę; przy zranieniu łydki — pod kolanem; przy zranieniu stopy i dłoni — powyżej zranienia. Uciskać silnie, po odszukaniu odpowiedniego miejsca, aby krew przestała płynąć. Druga osoba przygotować musi opaskę, którą należy przewiązać w tym samym miejscu, gdzie wykonano ucisk. Między opaską i skórą, w miejscu, w którym ma być wykonany ucisk, wsunąć kawałek drewienka, patyk, lub klucz, w każdym razie coś twardego i tak długo skręcać tym opaskę, aż krew przestanie płynąć. Potem nie zwalniając ucisku opaski, nałożyć opatrunek i zawieźć chorego do lekarza. W ten sposób wykonany ucisk może 2 do 3 godzin być skuteczny.

Krwotok z żyły: ciemna krew wypływa nieprzerwanym strumieniem z rany. Należy zastosować ucisk, jak wyżej, z tem, że ucisk nie powinien znajdować się bliżej serca, lecz dalej. (Np. przy żylnym krwotoku z ramienia opaska uciskowa ma być w zgięciu łokcia, a nie nad obojczykiem, jak przy krwotoku z tętnicy ramieniowej).

UKĄSZENIE ŻMII. Powyżej i poniżej ukąszonego miejsca — podwiązać rankę. Kończynę ukąszoną unieruchomić w łupkach, miejsce ukąszone wyciąć przepalonym nad ogniem nożykiem. Podtrzymywać krwawienie np. polewaniem ciepłą wodą. Jeśli się ma przy sobie coś, co mogłoby zastąpić bańkę, postawić ją w miejscu ukąszenia, aby odciągnąć krew. Jeżeli kończyna puchnie, zdjąć natychmiast opaski podwiązane przy ukąszeniu. Podawać do picia czarną kawę. Chorego możliwie szybko odwieźć do lekarza, aby zastrzyknął surowicę przeciw jadowi żmii.

ZEMDLENIE. Zemdlonego ratować układając głową niżej tułowia i nóg, twarz spryskiwać zimną wodą. Podać amoniak do wąchania.

ATAK APOPLEKTYCZNY objawia się przez utratę pamięci, twarz sino-czerwoną, porażenie połowy ciała, lub kończyny, czasem kącika ust, który opada bezwładnie. Ratować przez położenie na łóżku w pozycji półsiedzącej, aby głowa ułożona była wysoko. Na głowę przykładać lód lub zimne okłady. Nogi obłożyć gorącymi bańkami. Zachować zupełny spokój, zapewnić opiekę. Wezwać lekarza.

ATAK EPILEPTYCZNY objawia się przez nagłą utratę przytomności, drgawki całego ciała, na ustach piana, często wskutek pogryzienia języka różowa. Pomoc ogranicza się do podłożenia pod głowę czegoś miękkiego, oraz wsunięcie w usta między język i zęby — chusteczkę lub gazę, co przeszkodzi przegryzieniu języka. Wsuniętą chusteczkę, czy gazę trzymać za koniec, aby nie spowodować uduszenia.

BICIE SERCA: stosować zimne okłady na okolicę serca, dać do wypicia 30 kropli nalewki walerianowej na spirytusie.

KURCZE ŻOŁĄDKA: stosować gorący okład na żołądek, w razie wymiotów — zastosować głodówkę, przy której jeść tylko sucharki z herbatą.

ZŁAMANIA bywają proste i powikłane. Złamanie proste: jeśli przy złamaniu kości skóra nad złamaniem jest całkowicie zachowana (bez rany). Przy złamaniu powikłanym mamy do czynienia jednocześnie ze złamaniem kości, ze zranieniem skóry i mięśni w miejscu złamania. W tym wypadku jak najmniej poruszać miej-

sce złamane, przy zanieczyszczeniu obmyć wodą utlenioną, pianę zebrać gazą, nałożyć opatrunek na ranę, łupki ułożyć tak, aby nie dotykały do rany, opatrunek umocować opaską, przewieźć do szpitala lub zawezwać lekarza.

Objawy przy złamaniu kości: ból, obrzęk, zniekształcenie przez przemieszczenie kości.

Złamanie kończyny: rękę lub nogę, w której złamano kość, należy unieruchomić przy pomocy kawałków drzewa, lub sztywnej tektury, przymocowując je do kończyny bandażem. Jeżeli złamana kość przedramienia, należy ułożyć rękę na zaimprowizowanych łupkach, aby dłoń i zgięty staw łokciowy były na nich oparte. Po przymocowaniu łupek bandażem ułożyć przedramię na chustce złożonej w trójkąt i zawiązanej na szyi. Przy złamaniu kości ramieniowej — łupki ułożyć tak, aby po stronie wewnętrznej sięgały od pachy do zgięcia łokciowego, z zewnątrz powinny sięgać od łokcia aż po ramię, aby chorą ręką nie można było wykonać żadnych ruchów. Przy złamaniu kości goleni i ud — łupki zakładać od strony zewnętrznej, wewnętrznej i na tylną powierzchnię nogi. Przy złamaniu uda łupki muszą sięgać od stawu biodrowego, poza staw kolanowy, aby oba były unieruchomione. Przy złamaniu podudzia — staw kolanowy i skokowy unieruchomić w ten sam sposób. Łupki przed założeniem owinąć kawałkiem materiału, lub podłożyć pod nie watę, aby brzegi nie urażały skóry. Zawezwać zaraz lekarza, gdyż nieumiejętne złożenie może spowodować kalectwo.

Złamanie obojczyka unieruchamia się w ten sposób: pod pachę, po stronie złamania — włożyć zwinięty kłąb materiału (ręcznik, prześcieradło), lub watę, chwytamy obydwiema rękami za ramię, po stronie złamania, i silnie odciągamy staw ramieniowy i ramię ku tyłowi, przy czym druga osoba bandażuje ramię do tułowia. Zwisające przedramię i dłoń ułożyć na temblaku.

Złamanie żebra: rękę położyć na temblak, całą klatkę piersiową mocno bandażować.

Złamanie dolnej szczęki: opadającą szczękę od dołu przymocować bandażem, wiązanym na głowie, drugim bandażem przymocowuje się szczękę od przodu do tyłu, zakładając opaskę od przodu i wiążąc na karku.

Złamanie czaszki: objawia się przez utratę przytomności, wymioty, wklęśnięcie w miejscu urazu.

Przy pęknięciu podstawy czaszki: wymioty, krwawienie z nosa i otworów usznych. Ratować przez okłady z lodu na głowę, lub zimne okłady często zmieniane, bezwzględny spokój. W razie wymiotów ułożyć chorego na bok (nie wolno sadzać), starać się przewieźć do szpitala.

Złamanie kręgosłupa: objawia się bezwładem nóg, silnymi bólami przy każdym poruszeniu. Chorego nie wolno ruszać, pod głowę położyć coś miękkiego. Najszybciej sprowadzić lekarza. Podsunąć ostrożnie pod ciało chorego grubszą deskę i na niej przenieść chorego do domu, do przybycia lekarza nie zdejmować z deski.

ZWICHNIĘCIE: obrzęk stawu zwichniętego, silny ból, przemieszczenie osi podłużnych kości, połączonych przez staw zwichnięty. Przed odwiezieniem chorego do lekarza nałożyć na obrzęk zimny kompres i unieruchomić przez nałożenie łupek.

SZTUCZNE ODDYCHANIE. Sztuczne oddychanie jest to wprowadzenie świeżego powietrza do płuc, oraz usuwanie powietrza zużytego. Stosuje się we wszystkich wypadkach zatrzymania oddechu, jak np.: przy zaczadzeniu, uduszeniu, utonięciu, porażeniu piorunem, elektrycznością i zatruciu narkotykami. Sztuczne oddychanie skutkuje czasem dopiero po jednej lub dwóch godzinach nieustannego stosowania go, to też przed upływem dwóch godzin nie wolno zaprzestać ratowania delikwenta.

Sztuczne oddychanie metodą Silvestra: ratowanego ułożyć na płasko: pod krzyż wsunąć wałek z pledu, płaszcza itp., aby głowa leżała niżej od tułowia. Ratowany jest obnażony co najmniej do pasa. Język z jamy ustnej wysunąć i umieścić na zewnątrz, aby był przez czas ratowania częściowo poza jamą ustną. Ratująca osoba klęka za głową ratowanego, chwyta rękami oba ramiona w stawach łokciowych i ruchem kolistym przyciąga do głowy ratowanego przez 3—4 sekundy, potem zgina ręce ratowanego w stawach łokciowych, opuszcza ramiona i przedramiona na klatkę piersiową, przy czym przez 3—4 sekundy wykonuje się ucisk opuszczonymi rękami ratowanego na jego klatkę piersiową, co powoduje wydech, potem znów rozpoczyna się pierwszy ruch, powodujący wdech, przez podniesienie i odciągnięcie do głowy. Ruchy te muszą być wykonane rytmicznie bez przerwy.

Jeżeli ratuje dwie osoby — każda z nich klęka po obu stronach ratowanego, ujmuje jedną ręką jego przedramię, drugą ramię i równocześnie wykonują ruch wdechu, potem ruch wydechu. Najlepiej liczyć: „raz, dwa, trzy", wykonując kolisty ruch odwiedzenia ramion ratowanego, na „cztery" obydwie jego ręce znajdować się powinny przy głowie, potem ratujący, licząc do czterech, pozostawiają ratowanego w tej pozycji, następnie licząc: „raz, dwa, trzy" — wykonują ruch opuszczenia ramion ratowanego ku klatce piersiowej, na „cztery" ramiona i przedramiona ratowanego leżeć już muszą na klatce piersiowej, potem ratujący, licząc znów do czterech, wykonują ucisk na klatkę piersiową, aby spowodować głębszy wydech, bezpośrednio potem rozpoczyna się ruch wdechu.

Ponieważ wykonanie sztucznego oddychania jest bardzo męczące, dobrze jest, gdy w akcji ratowniczej bierze udział więcej osób, które pracują na zmianę, pamiętając o tym, że nie powinno ono ulec żadnej przerwie.

Przy ratowaniu topielców usunąć najpierw szlam i piasek z nosa i ust topielca, oraz wodę z przewodu oddechowego, w tym celu ratujący klęka na jednym kolanie, przez drugie przekłada topielca, tak aby kolano uciskało brzuch ratowanego, silnie uciska dłońmi klatkę piersiową. Potem stosuje do 2-ch godzin sztuczne oddychanie. Po przywróceniu oddechu, uratowanego ułożyć do łóżka, obłożyć ciepłymi butelkami, podać mocną kawę i alkohol.

Przy ratowaniu uduszonego: z ust i nosa wyjąć ewentualne przeszkody w oddychaniu i zastosować sztuczne oddychanie.

Przy porażeniu piorunem lub prądem elektrycznym: twarz i głowę okładać zimnymi, mokrymi okładami, stosować sztuczne oddychanie, po odzyskaniu oddechu — podać mocną kawę, alkohol. Starać się

szybko rozgrzać chorego rozcieraniem, gorącymi butelkami itp.

Zaczadzonych gazem świetlnym lub czadem z pieca ratować: po otwarciu okna wynieść zaczadzonego do innego pokoju z otwartymi oknami, stosować sztuczne oddychanie, jeśli nieprzytomny na głowę kłaść zimne okłady, całe ciało nacierać lub szczotkować. Jeśli chory przytomny podać mocną kawę.

OTRUCIE ŚRODKIEM WIADOMYM.

Zatrucie środkami nasennymi (np. veronal itp.) objawia się przez senność, nudności, wymioty, często utrata przytomności. Leczyć przytomnego zatrutego przez podawanie wody z węglem drzewnym, środki przeczyszczające, lewatywy, mocną kawę, kamforę. Kamforę wstrzykuje się również nieprzytomnym.

Zatrucie grzybami. Objawy różne, najczęściej bóle żołądka, wymioty, biegunka, czasem żółtaczka. Przy zatruciu muchomorem zwężone źrenice, drgawki, majaczenie. Przy silnych zatruciach śpiączka. Leczyć przytomnego przez wywołanie wymiotów, dawać dużo mleka, lub wodę z węglem drzewnym.

Zatrucie nieświeżym mięsem (lub grzybami) objawia się bólem żołądka, wymiotami i biegunką. Leczyć środkami przeczyszczającymi, gorącymi okładami na brzuch, bańki z gorącą wodą na nogi.

Zatrucie alkoholem. Po zatruciu alkoholem, jeżeli człowiek jest przytomny, należy wywołać wymioty. Zaraz potem dawać mocną kawę i zimne okłady na głowę. Przy całkowitym braku przytomności, jeżeli tętno jest słabe, należy koniecznie zastrzyknąć kamforę lub kofeinę.

Zatrucie alkoholem metylowym przyprawia o duszności i zaburzenia wzroku.

---

aż do ślepoty. Leczyć jak przy zatruciu zwykłym alkoholem i dawać środki przeczyszczające. Zatrucia spirytusem denaturowanym leczyć tak samo.

Zatrucie jodyną: brunatne oparzenia, brunatne wymioty, ślinotok, słabe tętno i krwawe biegunki. Leczyć, podając co 5 minut łyżkę magnezji palonej z wodą, albo wodę zimną z mąką i białkiem z kurzego jaja.

Zatrucie fosforem żółtym (lżejsze): wymioty z wonią czosnku, świecą w ciemności, bóle żołądka i odbijanie. Przy leczeniu nie wolno podawać mleka, ani nic tłustego. Co 2 godziny podawać łyżkę stołową roztworu nadmanganianu potasu. Roztwór ma być barwy jasnoróżowej (1 gram na litr wody).

Zatrucie atropiną, belladonną (wilcza jagoda): suchość w gardle, suchość skóry, twarz mocno czerwona, źrenice oka silnie rozszerzone, tętno i oddech przyspieszone, możliwa utrata przytomności. Leczyć zimnymi okładami na głowie. Jeżeli zatruty jest przytomny — podawać dużo wody z węglem drzewnym, 2 łyżki oleju rycynowego na raz, czarną kawę po kilka łyżeczek co 15 minut.

Zatrucie opium, morfiną, lub makiem. Objawy: poty, nudności, wymioty, senność, bóle głowy, parcie na mocz, źrenice zwężone, oddech i tętno zwolnione. Jeżeli chory przytomny, leczyć wywołaniem wymiotów, potem mocna czarna kawa, kamfora, u nieprzytomnych zastosować sztuczne oddychanie.

Zatrucie lapisem: oparzenia ust i skóry czernieją, biegunka. Leczyć mlekiem, lub wodą z białkiem z kurzego jaja, albo wodą z solą, biorąc 10 g na litr wody.

OTRUCIE ŚRODKIEM WIADOMYM ŻRĄCYM

Kwas karbolowy. Objawy: oparzenie języka, ust, przełyku, bóle przy przełykaniu, częste omdlenie lub zawroty głowy. Mocz, który stoi przez pewien czas na powietrzu, staje się szaro-zielony. Leczyć przez podanie wody wapiennej i środków przeczyszczających, lecz nie wolno powodować wymiotów.

Przy otruciu lyzolem, kreoliną, krezolem objawy i leczenie takie same.

Kwas azotowy. Objawy: zabarwienie miejsc oparzonych na skórze koło ust żółte, inne objawy i leczenie, jak wyżej.

Kwas solny lub siarkowy. Objawy: oparzenie ust, języka i przełyku, białe naloty w tych miejscach. Wymioty zawierają czasem krew i są wtedy czarne (w tym wypadku podawać w małych kawałkach lód do łykania). Leczenie, jak wyżej.

Kwas octowy (esencja). Objawy: charakterystyczny zapach octu z ust. Leczenie i objawy, jak wyżej.

Kwasy dymiące, silnie stężone, jak dymiący kwas azotowy, siarkowy i solny powodują silny kaszel, przy otruciu nie wywoływać wymiotów. O ile zatruty, po wypiciu lekarstw sam zwymiotuje, nie przeciwdziałać im i znów po pewnej przerwie podać lekarstwo, zobojętniające truciznę.

Otrucie silnymi ługami. Objawy: jak przy silnych kwasach. Oparzenie ust, języka, przełyku mają charakter cieknący. Ślina jest śliska. Leczyć wodą z octem, sokiem z cytryny i w ogóle dużo płynów.

Zatrucie amoniakiem. Objawy: na wargach szary nalot, inne objawy, jak przy zatruciu ługami, ponadto silna duszność przez obrzęk krtani.

Lekarstwa i wszystkie płyny można podawać zatrutym tylko w tym wypadku, gdy nie stracą przytomności. Nieprzytomnym nie wolno podawać nic do połykania, ani wywoływać wymiotów.

Zatrucie sublimatem (rtęcią). Ślinotok, wymioty, biegunka, często krwawa, całkowite lub częściowe wstrzymanie moczu. Leczyć mlekiem, środkami przeczyszczającymi, wodą z białkiem z jaja kurzego, lub magnezją z mlekiem.

TRUCIZNA NIEWIADOMA.

Zbadać jamę ustną i skórę dookoła ust, starać się dowiedzieć, czy ewent. poparzenia wywołały kwasy, czy ługi. Pamiętać, że nieprzytomnym nie wolno podawać nic do łykania, nie wolno również wywoływać wymiotów.

DOMOWA APTECZKA

Każda apteczka powinna być zaopatrzona w następujące środki lekarskie, odpowiednie do zastosowania w nagłych wypadkach:

Ałun, który tamuje krew i działa aseptycznie.

Aspiryna (albo Motopiryna) przeciw zaziębieniu, bólem reumatycznym itp.

Amoniak — środek trzeźwiący, smarować ukąszenia po komarach.

Benzyna — zmyć skórę wokoło rany. lub przed zastrzykiem.

Kwas borny — rozpuszczony w wodzie przegotowanej używać do płukania gardła, przemywania oczu i oczyszczania ran.

Burowa płyn — rozcieńczony: 1 łyżka na szklankę wody używać na kompresy itp.

Cynkowy puder — do zasypywania wyrzutów i wysypek.

Cynkowa pasta — leczy liszaje i egzemy.

Gulardowa woda — kompresy na stłuczenia.

Jagody czarne — napar, albo wywar na zatrzymanie rozwolnienia.

Jodyna — do płukania gardła dolać do wody z kwasem bornym 3 krople, przy katarze — wypić szklankę wody z 2—3 kroplami, przy oczyszczaniu ranek rozcieńczyć ze spirytusem, dodając cztery części spirytusu.

Kamforowy spirytus — wcierać przy bólach reumatycznych, okładać miejsca spuchnięte, biorąc łyżkę na szklankę wody.

Kamforowy olejek — wcierać w obrzękłe gruczoły.

Kawa — w nagłych wypadkach, dla pobudzenia serca, biorąc 5 łyżeczek na szklankę ukropu — podać połowę na raz, drugą — w razie potrzeby.

Krople miętowe — przy kurczach żołądka, kilka kropli na cukier, lub w herbacie.

Krople Inoziemcowa — przy rozstroju żołądka 10 kropli, dzieciom 5 kropli.

Krople walerianowe — przy kurczach żołądka, rozstroju nerwowym itp. 15 do 30 kropli.

Krople od bólu zębów.

Lipowy kwiat — pić naparzony na poty.

Lizol — myć ręce przed opatrunkiem, biorąc łyżkę na 4 litry wody. Używać do odkażenia bielizny z chorego przed praniem.

Magnezja palona — dawać łyżkę na szklankę mleka lub wody, w wypadku otrucia kwasami. Przy zgadze, odbijaniu i na lekkie przeczyszczenie — użyć jej na koniec noża.

Maliny suszone — parzone, wywołują poty.

Olej lniany — pół na pół z wodą wapienną na okłady przy oparzeniu.

Plaster lepki — umacnia opatrunki.

Plaster salicylowy — rozmiękcza stwardniałą skórę i odciski.

Proszki od bólu głowy — wybór dowolny.

Proszek zielony (fiakierski) — działa rozwalniająco i wiatropędnie.

Proszek troisty — ma to samo zastosowanie dla dzieci.

Rumianek — lekki napar używać przeciw zaburzeniom kiszkowym, oraz do płukania i na okłady.

Soda oczyszczana — użyta na koniec noża usuwa zgagę, służy do płukania gardła i zmiękcza wodę.

Spirytus — używać do oczyszczania narzędzi, rąk, do nacierania ciała przeciw odleżynom, dolewać do wody na rozgrzewające kompresy itd.

Szałwia — przy chorym dziąśle używać naparzoną.

Talk — do przesypywania fałdów skóry dla dorosłych i dzieci, przeciw odparzaniu i poceniu.

Terpentyna francuska — przy zaziębieniu nacierać nogi. Można zmieszać ze spirytusem czystym, lub kamforowym.

Utleniona woda — służy do czyszczenia ran, płukania ust i gardła. Kupować 3%, rozcieńczać do użycia, biorąc łyżkę na szklankę wody. Przechowywać w cieniu, w brązowej butli.

Woda wapienna — z olejem lnianym pół na pół na okłady przy oparzeniach.

Węgiel drzewny lub kostny (apteczny) — ułatwia trawienie, zapobiega gazom.

Wazelina borna — goi opierzchnięcia ust, czyste skaleczenia itp. Pamiętać należy, aby lekarstwa silniejsze, zwłaszcza trujące, trzymane były zawsze pod zamknięciem, a klucz od nich znajdował się u powołanej osoby, dla zabezpieczenia przed nieszczęśliwymi wypadkami, jakie mogą zdarzyć się przez nieodpowiednie użycie któregoś z nich.

W apteczce naszej musimy mieć: termometr, do mierzenia ciepłoty, kroplomierz na krople do oczu, odkażone nożyczki (do krajania gazy opatrunkowej), pensetkę do chwytania materiałów opatrunkowych, gruszka gumowa do przestrzykiwania ran, agrafki do umocowania bandaża, szklana, albo drewniana paletka do maści, worek do lodu, do gorącej wody, lewatywa dla dzieci, irygator, bańki i inhalator, oraz materiały opatrunkowe, jak: gaza sterylizowana, gaza jodoformowa, wata żelazna (przeciw krwawieniu), wata zwykła (w opakowaniu), bandaże z gazy, albo lniane, plaster lepki do umocowania opatrunku, ceratka i czyste gałganki na kompresy. Przydałaby się również strzykawka na zastrzyki, kilka emaliowanych małych kubeczków i rondelków, aby w razie potrzeby nie używać kuchennych naczyń do lekarskich zabiegów.

*

Ziółka przeciwko cierpieniom wątroby i woreczka żółciowego:

Kruszyny	20 g
Mięty	20 g
Kolendru	15 g
Jaskółczego ziela	5 g
Krzyżowego ziela	30 g
Ruty	10 g

Sposób użycia: łyżkę stołową na szklankę wody. Pić 3 razy dziennie przed jedzeniem.

d) Kobieta w gospodarstwie wiejskim

PRACA W OGRODZIE

W styczniu — w ogrodzie owocowym — korzystając z odwilży skrobać pnie i korony drzew, usuwać mech i martwą korę, pod którą często znajdują się szkodniki, wyszukiwać gniazda gąsienic — zbierać i niszczyć. Pozdejmować opaski lepowe, również niszczyć. Opryskiwać drzewa owocowe 15% karbolineum sadowniczym. Rozpocząć cięcie i prześwietlanie drzew owocowych, usuwać suche gałęzie i te które się krzyżują, odcinać odrosty korzeniowe, oraz młode pędy na starych gałęziach.— Przygotować paliki do wiosennego sadzenia drzew. Owoce w przechowalniach przebierać, w dnie bez mrozu wietrzyć przechowalnie.

W ogrodzie warzywnym — już w styczniu zastanowić się, jak będzie wyglądał nasz ogródek, jakich będzie potrzebował rozsad i nasion, które zamawiać wcześniej. Zakładać skrzynie na nowalie do inspektów, pomyśleć o nawozie itp. Przygotować paliki do pomidorów, skrzynki do wysiewu kwiatów i nasion. Naprawić uszkodzone narzędzia ogrodnicze. Sprawdzić, czy warzywa nie gniją, lub nie marzną. Zepsute usunąć. Wietrzyć kopce, doły i piwnice przy niemroźnej, suchej pogodzie. Cebulę na strychach, w razie dużych mrozów, zgarnąć większe kupki i przykryć matami, albo plewami.

W ogrodzie ozdobnym — sprawdzić okrycie róż, w razie potrzeby, poprawić. Po dużym śniegu otrząsnąć gałązki, by się nie łamały. Prześwietlać korony drzew, usuwać gałęzie, za gęsto rosnące krzewy ozdobne przesadzać i przycinać. Na trawnikach rozrzucić kompost, lub przetrawiony nawóz. Nadpsute kłącza begonii, dalii itp., przechowywane w piwnicach, oczyścić.

W pokoju — w styczniu można przystąpić do pędzenia roślin cebulkowych, jak np. hiacynty, tulipany itp., po wyniesieniu z piwnicy nakryć kapturkiem tekturowym i podlewać, a gdy pąk kwiatowy wyrośnie ponad liście — ustawić w świetle przy oknie, bez kapturka, aby liście nabrały zieleni, a kwiaty barwy. Kliwie, kalle i hortensje, pączkujące przenieść do chłodniejszego pokoju, gdzie dostaną nowe liście i będą się przygotowywały do kwitnienia. Wstrzymywać przyrost zimowy w roślinach pokojowych, trzymając je w chłodniejszej temperaturze i zraszając często, mało podlewać.

W lutym w ogrodzie owocowym — w razie silnych mrozów, poprawić zimowe okrycie na brzoskwiniach. Poprzycinać młode drzewka, nieprzycięte na jesieni. Gruntownie czyścić drzewa owocowe, opryskiwać w czasie odwilży sadowniczym karbolineum, biorąc 1/4 — 1/2 litra na drzewo. Stare drzewa odmładzać przez przycinanie. Wycinać zeszłoroczne i wyczerpane owocowaniem pędy w krzakach agrestu, porzeczek i malin. W końcu miesiąca ciąć zrazy do wiosennego przeszczepienia drzew i dołować w piwnicy w wilgotnym piasku.

W ogrodzie warzywnym — zakładać inspekty ciepłe i umiarkowane do rozsady wczesnej kapusty, rzodkiewki, sałaty itp. warzyw (do wczesnej uprawy w gruncie). Ziemię czyścić z chwastów, przygotowywać do wiosennego wysiewu nasion. Kompost zlewać gnojówką, przesypać wapnem, przerabiać. Przebrać i podkiełkować ziemniaki na t. zw. „młode", układać na wilgotnym piasku lub mchu w zacienionej, ciepłej piwnicy. Przebierać warzywa w piwnicach; piwnice wietrzyć. Zmarzniętej cebuli nie ruszać, musi sama odmarznąć i przyjść do siebie, by przetrwała do wiosny bez zepsucia.

W ogrodzie ozdobnym — trawniki zasilać sztucznymi nawozami, lub kompostem, który rozrzucać równo i rozprowadzać gra-

bieniem. W końcu lutego przerzedzać i przycinać krzewy, odcinać stare gałęzie, bez poruszenia młodych gałązek i pędów, na których tworzą się kwiaty. W krzewach kwitnących latem usunąć drobne gałązki, roczne pędy przyciąć.

W szklarni i pokoju. — Do doniczek wysiewać rezedę, groszek pachnący. Przystąpić do wysiewu wszystkich tych roślin, które mamy sadzić na balkonie. W szklarni pikować do skrzynek małe siewki begonii, cyklamen i pantofelników. Wszystkie rośliny podlewać obficie. Ziemię w doniczkach po podlaniu wzruszać, rośliny wycierać z kurzu. Zasuszone amarysy i begonie przesadzić do doniczek. Pod koniec lutego można prawie wszystkie kwiaty przesadzać. Po przesadzeniu wynieść do najcieplejszego pokoju i często zwilżać. Jeżeli roślin doniczkowych nie przesadzamy — w doniczkach zdjąć górną warstwę ziemi i nałożyć świeżej. Z pelargonii, kaktusów, fuksji i tp. robić sadzonki. Bzy doniczkowe i róże przynieść z piwnicy do pokoju, trzymać w świetle i podlewać. Okwitnięte hiacenty i tulipany, po usunięciu z nich liści przechowywać w zimnym miejscu do jesiennego sadzenia w gruncie. W szklarni wysiewać asparagusy, prymule, paprocie itp.

W marcu — w ogrodzie owocowym. — Przystąpić do sadzenia młodych krzewów, owocowych, pamiętając, że kwitną one wcześniej od drzew owocowych, które można sadzi! i w kwietniu. W pierwszej połowie miesiąca zakończyć cięcie drzew. Skrócić młode pędy u krzewów o 1/4, szczególnie u malin. W drugiej połowie marca, jeżeli jest ciepło, można odkryć opakowanie na brzoskwiniach, morelach i winoroślach. Winorośli nie przycinać, lecz pozostawić jakiś czas w pozycji poprzedniej, potem powoli prostować. Brzoskwinie, po oczyszczeniu z zeschłych gałązek, rozpiąć na rusztowaniach. Ziemię pod brzoskwiniami i morelami, skopać i zasilić nawozem. Przystąpić do sadzenia młodych drzewek, które skrapiać obficie. Ziemię między drzewami oczyszczać z chwastów, w ogrodach z młodymi drzewkami, przygotować pod uprawę warzyw, lub mieszanek motylkowych. Pod koniec marca przeszczepiać drzewa, pochylone od wiatru prostować, przywiązywać do palików.

W ogrodzie warzywnym — jeżeli ziemia w warzywnym ogrodzie nie była przekopana jesienią, trzeba to uczynić po rozmarznięciu. Truskawki oczyścić z zeschłych liści, ziemię między nimi wzruszyć. W drugiej połowie marca, gdy ziemia już dobra do uprawy, przygotować rozsadniki kapusty, brukwi, kalarepy, grochu, rzodkiewki, marchwi, szpitalu itp. na wczesny zbiór. Wysiewać na użytek zimowy i do przechowania na rok następny cebulę, do gruntu sadzić dymkę na wcześniejszy użytek. Pod koniec marca, wysadzić podkiełkowane ziemniaki, zabezpieczając je od mrozu. Zasilić ziemię i przekopać pod szparagi i rabarbar. Przewietrzać dobrze piwnice, doły i konce. Warzywa, wyjęte z dołów, oczyścić i przenieść do piwnicy. Zakładać inspekty, wysiewać w nich melony, pomidory, kalafiory, selery, pory, rzodkiewkę i sałatę. W słoneczne dni inspekty silnie wietrzyć, w razie potrzeby, cieniować.

W ogrodzie ozdobnym. — Jeżeli ciepło — odkryć róże i inne rośliny, zakryte na zimę. Mieć jednak przygotowane nakrycie zimowe, które w razie mrozu zużytkować. Przycinać rośliny pnące przy ścianach, słupkach i pergolach, rozpinać, pielęgnować. Przygotować na klomby i rabaty rośliny. Byliny zasilać i wzruszać przy nich ziemię. Rośliny cebulkowe, sadzone jesienią, odkryć pod koniec marca. Sadzić drzewa ozdobne i krzewy, prócz róż i roślin iglastych. Ziemię pomiędzy drzewami i krzewami przekopać. Kory drzew przerzedzać, krzewy przycinać. Suche i nadłamane gałęzie usuwać. Trawniki zdrapywać żelaznymi grabiami, usuwać mech, udostępnić dopływ powietrza do ziemi. Do większych trawników użyć brony.

W pokoju — sadzonkować pelargonię, fuksje itp. — Dla pewniejszego przyjęcia dać ziemię silnie piaszczystą, przykryć roślinkę szklanką, lub kloszem (co utrzymuje wilgoć). Wykończyć przesadzanie kwiatów, przyniesionym z piwnicy roślinom dać świeżą ziemię, postawić w świetle i podlewać dużo, w słoneczne dni bardziej, co pewien czas ziemię w doniczkach wzruszać i skrapiać rośliny często. Dla równomiernego wzrostu obracać w różne strony. Palmy i paprocie muszą być również często skrapiane, najlepiej specjalnym rozpylaczem. Posiać do doniczek rezedę i groszek na wczesne kwitnienie.

W maju — w ogrodzie owocowym — wykończyć szczepienie drzew i zabezpieczyć je przed przymrozkami. Krzewy i drzewa po okwitnięciu skrapiać bordoską i kalifornijską cieczą, która niszczy pasożytujące grzybki, a w połączeniu z zielenią paryską — tępi gąsiennice. Obcinać i palić pędy i kędzierzawiejące się liście u brzoskwiń. Po okwitnięciu kwiatów na drzewach i zawiązaniu się owoców, zasilać drzewa rozcieńczoną gnojówką. Ziemię pod drzewami spulchniać, wyrywać chwasty. Wszystkie nowe pędy u malin, prócz pięciu najsilniejszych — ściąć. Drzewa posadzone w kwietniu mocno podlewać, jeżeli podejrzewamy, że sę nie przyjęły — okręcić wilgotnym mchem, często podlewać i wyłożyć nawozem dookoła.

Gąsiennice i chrabąszcze tępić (te ostatnie najlepiej wczesnym rankiem, kiedy są małoruchliwe). Czyścić i motyczkować ziemię w truskawkach i malinach. Wykończyć zasilanie wszystkich drzew.

W ogrodzie warzywnym — hartować rozsady w inspektach przez otwarcie luz zdjęcie okien. Okna po rozsadach obsiać melonami i ogórkami. Sałatę i kalarepkę posadzić na zagonkach z ogórkami. Podbierać szparagi.

W kwietniu — w ogrodzie owocowym — drzewka zasadzone w marcu przycinać, zasilać nawozami, specjalnie płynnymi. Jeżeli drzewka zaschną, przy sprowadzaniu, można je uratować, mocząc w wodzie przez 2 doby. Można też całkowicie zakopać je w ziemi na przeciąg dziesięciu dni. Przeszczepiać drzewa. W czasie suszy — podlewać. Walczyć ze szkodnikami na drzewach i krzewach. Na ścianach i drutach rozpiąć winogrona, oraz brzoskwinie. Zabezpieczać w czasie kwitnienia przed przymrozkami i deszczem, osłaniając drzewka.

W ogrodzie warzywnym — szparagarnię kopcować i przekopać, z końcem kwietnia podbierać szparagi. Pikować pomidory i rozsadzać melony. Truskawki opielać. Przygotowując zagony do siewu, uważać, by ziemia nie była rozpylona. Siać na rozsadnikach brukiew, kalafiory, kapustę itp., a do gruntu szpinak, bób, koper, pietruszkę itp. Rozsadniki pielęgnować, podlewać, skrapiać, chronić od przymrozków, oczyszczać z chwastów. Przy ciepłym kwietniu, w połowie miesiąca można już kapustę sadzić do gruntu. Na letni zbiór sadzimy w

końcu miesiąca cebulę — dymkę, brukiew, kalafiory, wczesne ziemniaki itp. Na rozsadkach kapusty uważać na pchełkę i tępić ją. Zabrać się do zbioru szczawiu.

W ogrodzie ozdobnym — z początkiem kwietnia sadzić na klombach stokrotki, bratki itp. kwiaty wiosenne, w połowie miesiąca — lwie paszcze, lekwonie itp., wysiewać do gruntu maki, powój, rezedę, groszki itp., z końcem miesiąca sadzić lilie, mieczyki itp. Wykończyć darniowanie klombów, rozpinanie pnących roślin, strzyżenie żywopłotów itp. Pośpieszyć się z sadzeniem drzew i krzewów ozdobnych, specjalnie tych, które wcześnie kwitną. Róże i drzewa iglaste można sadzić później. Pod koniec miesiąca przycinać róże. Przy świeżo posadzonych drzewkach zasilać ziemię kompostem i obornikiem.

Zasiewać i porządkować trawniki, przy większej trawie, zacząć systematyczne koszenie. W pokoju — robić sadzonki, które po zakorzenieniu przesadzać do doniczek. W skrzynkach wysiewać, fasolkę, nasturcję, groszek, rezedę itp. Przekwitłe azalie, rododendrony i kamelie przesadzić do większych doniczek. Cebulki hiacentów i tulipanów, po okwitnięciu i zasuszeniu schować w suchym miejscu. Kaktusy podlewać mocniej. Kończyć przesadzanie roślin doniczkowych. Wynieść z piwinicy zimujące rośliny — umieszkać na balkonach, werandach itp. Mocniej podlewać.

W maju można założyć nową szparagarnię. Wolne rozsadniki zasilać kompostem. Wycinać szpinak, nie dopuszczając do kwitnienia. Rozpocząć zbiór rabarbaru, wycinając kiście kwiatowe. Przystąpić do zasiewu fasoli. Wysadzać rozsady kapusty, kalafiarów itp. Okopywać wczesne ziemniaki, groch i kalafiory. Selery i kalarepkę sadzić płytko, aby były większe i delikatniejsze. Można rozpocząć wysiew cebuli—dymki. Tępić na kapuście pchełki tytoniem. albo pyłem wapiennym, lub popiołem drzewnym. Późniejszą sałatę i pomidory wysadzać w połowie miesiąca. Powtórzyć zasiew groszku, sałaty, szpinaku i rzodkiewek.

W ogrodzie ozdobnym — można wystawić na powietrze rośliny dekoracyjne zimowej szklarni. Krzewy, przekwitłe w maju, przycinać. Przycinać również żywopłoty, zachowując odpowiednią linię. Na miejsce przekwitłych wiosennych kwiatów — sadzić lewkonie, goździki, heliotropy i inne, jak dalie, gladiolusy, montbrecje (pod te ostatnie ziemia winna być spulchniona na 50 cm i zmieszana z kompostową). Zbierać nasiona bratków, niezapominajek i stokrotek. Ścieżki w ogrodzie gracować, trawniki zasilać rozcieńczoną gnojówką, albo saletrą rozpuszczoną w wodzie (na 10 litrów wody 20 g saletry). Trawę regularnie kosić i wałować. Darniować kanty i skarpy.

W pokoju — skrzynki za oknami na balkonach zasadzić letnimi kwiatami. Pokojowe rośliny podlewać i skrapiać często, pokój przewietrzać dobrze. Wytrzymalsze rośliny wynieść na balkon lub do ogródka po 15-ym maja (prócz palm i paproci). Wszystkie mocniej rozkrzewiające się rośliny powinny być przesadzone do większych doniczek, nie — przesadzone, podlewać gnojówką, lub podsypywać opiłkami rogowymi. Do skrapiania roślin używać wystałą wodę.

W czerwcu — w ogrodzie. — Świeżo sadzone drzewa, w razie suszy — podlewać. Podlewać również drzewa i krzewy mocno obsypane owocem, najlepiej rozcieńczoną gnojówką. Jeżeli drzewka, świeżo sadzone nie rozwijają się, trzeba je wykopać, wstawić do wody na 1—2 godzin, potem znów posadzić i mocno podlewać. Czyścić drzewa z odrostków. Wycinać z porzeczek czubki pędów ze skręconymi liśćmi, gdyż znajdują się tam mszyce. Suche gałęzie drzew pestkowych, opanowane przez Monilię — wycinać, aż do zdrowej części. Zabezpieczyć czereśnie i wiśnie przed ptakami. Gałązki można w tym celu opiątać nitkami lub

cienkimi sznurkami. Przy gruszach i jabłoniach wykonać letnie cięcie, to znaczy nad 5 liściem boczne gałązki oderwać. Młode pędy moreli, brzoskwiń i winogron — rozpiąć ponad ostatnim, najwyższym gronem, nad 3 czy 4 liściem Pod koniec miesiąca zbierać zielony agrest na kompoty.

W ogrodzie warzywnym — przywiązywać do palików i uszczykiwać pomidory. Zakończyć zbiór szparagów i rabarbaru w połowie miesiąca. Wysiać na ostatni zbiór groszek i fasolkę. Podbierać młode kartofelki. Wykończyć sadzenie zimowej kapusty (białej, włoskiej i czerwonej). Pod koniec miesiąca zacząć zbiór wczesnej kapusty i kalafiorów. Ciągle prowadzić walkę ze szkodnikami na kapuście. Dla lepszego wzrostu jarzyn, obsypujemy je najpóźniej w czerwcu. Pamiętać o ciągłym pieleniu i wzruszaniu ziemi, oraz o przerzedzaniu za gęstych jarzyn; wszystkie warzywa można zasilać sztucznymi nawozami, lub rozcieńczoną gnojówką. Wyrywać z przerwami koper, szpinak, sałatę, rzodkiewki dla ciągłości zbioru.

W ogrodzie ozdobnym. — Usuwać okwitnięte kwiaty, byliny po kwitnieniu można dzielić i rozsadzać; ziemię stale oczyszczać z chwastów. Na klombach i rabatach dokończyć obsadzanie letnimi kwiatami. Trawniki ścinać krótko. Rozpoczynać wysiewy kwiatów dwuletnich, jak goździki, niezapominajki itp. Wykopać cebulki przekwitłych hiacentów, tulipanów itp. i zaszuszone pozostawić do sadzenia jesienią. Przekwitające róże obcinać, aby znów kwitły. Można rozpocząć okulizowanie róż. Krzewy, które nie wydają ozdobnych owoców, po przekwitnięciu, przyciąć i przerzedzać, ozdobne jak np. kalina, dereń, berberys itd. — pozostawić bez przycinania.

Na balkonie i w pokoju—ziemię w skrzynkach i doniczkach wzruszać i spulchniać, podlewać i zraszać, przekwitłe kwiaty usuwać, pnące — podwiązywać. Rododendrony, azalie, oleandry itp. można wynieść do ogrodu.

W lipcu — w ogrodzie owocowym — zbierać opadające owoce i przerabiać na potrzeby domowe, nieodpowiednie do użytku przeznaczyć dla trzody chlewnej. Opadłe owoce usuwać, gdyż często zawierają szkodniki. Drzewa, sadzone jesienią podlewać, oraz zasilać nawozem. Pamiętać, że niezasilone drzewa owocują co drugi rok. Starym drzewom spulchniać ziemię. Obciążone owocem gałęzie podpierać tyczkami. — Przygotowywać sadzonki z truskawek i poziomek oraz usuwać z nich wąsy. W drugiej połowie czerwca rozpocząć oczkowanie i okulizację ozdobnych drzew. Wykończyć zbiór czereśni, malin, porzeczek, agrestu i rozpocząć zbierać wcześniejsze gruszki.

W ogrodzie warzywnym — rozpocząć zbiór wczesnych warzyw, różowiejące pomidory można zebrać i ułożyć w inspektach dla dojrzewania, silniejsze pędy podwiązywać do palików, osłaniać kalafiory od szczernienia liśćmi, pod ogórki i dynie podkładać coś, aby uchronić od gnicia. Wszystkim jarzynom wzruszać ziemię i przez cały lipiec okopywać je. Na zagonkach po grochu można wysiewać szpinak, sałatę itp. Kopce na szparagach rozrzucić i zasilić nawozem. Ostatnie kalafiory wysadzić do gruntu, rabarbar podlewać gnojówką.

W ogrodzie ozdobnym — iglaste rośliny, posadzone wiosną zraszać i podlewać. Na miejsce okwitniętych kwiatów sadzić astry, begonie itp. Rozpocząć rozmnażanie i rozsadzanie irysów. Przystąpić do oczkowania bzu. Przycinać róże, które potem ładniej kwitną, robić sadzonki z róż w zimnym inspekcie. Okwitłe krzewy ozdobne przycinać.

Na balkonie i w pokoju — starać się podlewać rośliny rozcieńczoną gnojówką, albo sztucznymi nawozami. Chore — chronić przed silnym słońcem. Wysiewać prymule, cynerarie itp., zakorzenione dołować w chłodnym inspekcie, lub w pokoju.

W sierpniu — w ogrodzie owocowym — odrostki na korzeniach obcinać, drzewka

młode w razie suszy podlewać. Owocujące winorośle w końcu miesiąca skracać. Rozpocząć sadzenie truskawek. Zeszłoroczne pędy na malinach wycinać przy ziemi (prócz odmian powtarzających na jesieni owocowanie). Jabłka i gruszki zbierać możliwie na tydzień przed dojrzewaniem i przechowywać w piwnicy, co daje owocom soczystość. Odpadków owocowych, zarażonych grzybkiem nie wyrzucać na kompost, lecz niszczyć. Z porzeczek i agrestu robić sadzonki i odkłady, u przeszczepionych wiosną — pozostawiony silniejszy pęd przyciąć na 5—6 oczek.

W warzywnym ogrodzie. — Wykopać wczesne ziemniaki, a na ich miejscu siać szpinak, sałatę itp., a zasadzić truskawkami. Okopywać warzywa. Zbierać pomidory i zabezpieczać przed słońcem. Zbierać nasiona warzyw. Nasienie marchwi suszyć z całym kwiatem. Zbierać wczesną fasolę. Na strychach układać nasiona grochu i buraków. Wysiewać do przezimowania w gruncie pietruszkę (pod lekkim przykryciem), na użytek jesienny koper, szpinak, sałatę. Kompost przesypać wapnem, albo nawozami sztucznymi. Zbierać cebulę, czyścić i przechować w suchym miejscu. Zacząć kwaszenie ogórków.

W ogrodzie ozdobnym — można przedłużyć kwitnienia kwiatów przez usuwanie przekwitłych, bez pozostawienia na nasienie. Podczas pochmurnych dni przesadzać rośliny iglaste, wykopane z dużą bryłą ziemi, mocno podlewać, chronić od słońca. Zbierać nasiona, przekwitłych kwiatów i krzewów. Rozsady dwuletnich roślin zasadzać na zagonkach. Rośliny w razie suszy mocno podlewać.

Na balkonie i w pokoju — ciąć sadzonki z pelargonii, heliotropu itp., sadzić do małych doniczek, brać ziemię bardzo piaszczystą. Przygotować rośliny i cebulki do pędzenia zimą. Zmniejszyć w końcu miesiąca podlewanie roślin. Azalie, amarysy itp. trzymać w ogródku na słonecznych miejscach, aby zakwitły zimą.

We wrześniu — w ogrodzie owocowym — zbierać owoce nie obtrącając z drzew, aby nie były obtłuczone i nie psuły się, najlepiej zdejmować z drzewa, trzymając za korzonek, pod drzewa porozkładać maty, aby przy spadnięciu z drzewa owoce nie obtłukiwały się. Zebrane owoce układać warstwami pojedyńczo na półkach wydezynfekowanej piwnicy. Gorsze owoce przeznaczyć na przetwory i wina, nieużytki dla trzody. Po zebraniu owoców — wszystkie podpórki przechować do przyszłego roku. Owoce winorośli odsłaniać. Ziemię w ogrodzie zawsze pielęgnować, wzruszać i oczyszczać z chwastów, obsianą nawozami przyorać. Na drzewa zakładać opaski lepowe, zabezpieczające od owadów.

W ogrodzie warzywnym — łodygi szparagów pościnać do 5 cm nad ziemią i usunąć. Pomidory należy pozbierać przed przymrozkami, rozkładać na półkach i w inspektach na słomie. Cebulę po wysuszeniu w polu , zebrać i przechować do następnego roku. Od połowy września kopać ziemniaki, marchew, buraki itp. Przygotować miejsce na kopce. Kardy i endywię wykopać z ziemią i przechować w piasku w piwnicy. Na zimowy zbiór wysiać rzodkiewkę, szpinak itp. Na zimę układać kompost, przerobiony nawozami, posypany wapnem.

W ogrodzie ozdobnym, sadzimy rośliny cebulkowe, oraz krzewy ozdobne. Klomby obsadzamy wiosennymi kwiatami, na rok następny (bratki kwitną czasem już w październiku). Usuwamy z ogrodów rośliny doniczkowe. Przesadzamy byliny. Wykopujemy kłącza mieczyków, dalii itp. i po wysuszeniu przechowujemy w suchej piwnicy. Dzikie pędy u róż w lipcu zaoczkowanych — usuwać. Poprawiać ścieżki, drogi i klomby.

Na balkonach i w pokoju — wynosić z balkonów rośliny dekoracyjne i ustawiać na dawnych miejscach. Wykopać do doniczek pelargonie i umieścić w widnej, chłodnej piwnicy. Azalie, kamelie itp., jeżeli mają

pączki — polewać mocniej. Zimowe lewkonie i goździki, po przesadzeniu trzymać w chłodzie. Cebulki hiacyntów, tulipanów itp. dołować w piwnicy. Przerwać zraszanie roślin pokojowych.

W październiku — w ogrodzie owocowym — zebrać zimowe owoce, przed odłożeniem do przechowania — złożyć w kupki (dla wypocenia się). Brzoskwinie, oraz morele okryć matami, — koło pni obsypać ziemią. Młode drzewka okręcić matami.

W pokoju — azalie, kamelie, kaktus — epiphyllum itp. rośliny, zaczynające kwitnąć — przenieść do cieplejszego pokoju i ustawić w słońcu. Wszystkie rośliny, poza wyżej wymienionymi, podlewać mniej, w razie zaszuszenia, wstawić kwiat z całą doniczką do wody i trzymać tak długo, aż przestaną ukazywać się pęcherzyki w wodzie.

W listopadzie — w ogrodzie owocowym — morele, brzoskwinie i winogrona okrywamy. Na winoroślach przeprowadzamy cięcie. Zbieramy zrazy i przechowujemy, do wiosennego szczepienia, w ziemi (albo w piwnicy, w piasku). Pnie młodych drzewek okręcić słomą, co ochroni przed szkodnikami. Zbierać gniazda i jajeczka gąsienic. Drzewa zabezpieczyć opaskami z lepem. Ziemię w ogrodzie przeorać, albo skopać głęboko, przed szkodnikami zwapnować, zasilić tomasówką i kainitem, biorąc 40 g tomasówki i 60 g kainitu. Wietrzyć i uporządkować piwnice, owoce przebrać.

W ogrodzie ozdobnym — grabić liście opadłe i przechowywać je. Trawniki kosić i użyźnić gnojówką, lub kompostem. Między drzewami i krzewami przekopać ziemię. Przy cieplejszej pogodzie przycinać krzaki później kwitnące. W końcu miesiąca okrywać róże, byliny i inne wrażliwsze rośliny.

W pokoju — umieścić w chłodniejszym miejscu mające kwitnąć w zimie kwiaty (azalie, kamelie itp.), begonie podlewać słabiej. Rośliny zasilać mączką rogową, albo rozcieńczonym nawozem. Uważać, aby roślin pączkujących nie poruszać, bo mogą zrócić pączki i nie kwitnąć. Podlewać przestałą wodą, wilgotną gąbką obmywać z kurzu, uważać na równomierne oświetlenie.

W grudniu — w ogrodzie owocowym — odnowić opaski lepowe, pnie drzew oczyszczać, usuwać suche gałęzie, prześwietlać korony drzew (drzew pestkowych nie ciąć). Rany po cięciu gałęzi, smarować maścią, lub smołą. Pamiętać o zasilaniu drzew, dokąd ziemia nie zamarzła, drzewa pestkowe można wapnować, inne zasilać obornikiem, potem ziemię przeorać.

W ogrodzie warzywnym — tępić szczury i myszy. Przerabiać kompost, dodając wapna. Uporządkować i uzupełnić nasiona. Przeglądać i przebierać warzywa, zadołowane wietrzyć, a w razie mrozu okryć grubiej ziemią. Ziemię po uprawie zostawić w ostrej skibie.

W ogrodzie ozdobnym — należy przy cieplejszej pogodzie prześwietlać i przecinać krzewy i drzewa ozdobne. Przy moc-

niejszym śniegu — otrząsnąć gałąź'd, chroniąc przed połamaniem. Ziemię pod krzewami przekopywać i zasilać. Dokąd nie ma mrozów, można przesadzać drzewka i krzewy. Na trawnikach rozrzucić kompost, lub nawozy sztuczne (albo gnojówkę).

PŁYNNE NAWOZY DO ZASILANIA OGRÓDKÓW

Nawozy płynne oddają nieocenione usługi w każdym ogrodzie i powinny być jak najszerzej stosowane.

Są one bardzo wygodne w użyciu. Działają stosunkowo szybko przeważnie dostarczają roślinom pokarmu w łatwo przyswajalnej formie. Pamiętać jednak należy, że jak wszędzie tak i tutaj trzeba zachować konieczny umiar aby miast pożytku nie przynieść roślinie szkody.

1) Podlewać należy tylko doskonale przefermentowanym nawozem. Nawóz płynny jest zdatny do użycia, dopiero wtedy gdy na jego powierzchni pojawią się pęcherzyki powietrza.

Nawozu, którego powierzchnia nie zaczęła ich jeszcze pokazywać nie należy absolutnie używać.

Najprędzej dojrzewa gnojówka t. j. mocz zwierząt. Na wolnym powietrzu w szerokiej niezamkniętej beczce już zwykle po 24 godzinach jest zdatna do podlewania.

Nawóz płynny przygotowany z rozpuszczonego gnoju bydlęcego i pomiotu ptasiego — potrzebuje do dojrzewania około 48 godzin.

Nawóz z krwi, pomyj — mydlin itp. wymaga najmniej tygodnia czasu aby nim bez obawy można było rośliny podlewać. Fermentację bardzo przyśpiesza dodanie niewielkiej ilości kwasu solnego, którego 50 gramów wystarcza na dużą beczkę.

2) Nie należy nigdy podlewać płynnymi nawozami ziemi zupełnie suchej. Spragnione korzenie roślin zbyt gwałtownie wówczas wchłaniają nawóz co może spowodować spalenie korzeni, najpierw więc należy ziemię podlać, do zupełnego nasycenia wodą a po zasileniu również podlać czystą wodą.

Rostwór nawozowy nie może być zbyt silny, należy się trzymać zasady, że lepiej podlewać za słabym niż za mocnym.

Również nie należy nawozów płynnych dawać na raz za dużo — znacznie skuteczniej bowiem działa częstsze zasilanie w mniejszej ilości niż rzadsze a obfitsze.

3) Podlewanie chorych roślin jest nie tylko bezcelowe ale nawet szkodliwe.

Rozsądy można dopiero zasilać, gdy przyjmą się na tyle, że znać już na nich pewien przyrost.

Zasilamy przeciętnie co 10 — 14 dni — pamiętać trzeba,, że rośliny które się hoduje na kwiat lub owoce można zasilać dopiero wtedy, gdy już się ukażą pączki w przeciwnym razie pójdą w liście i kwitnienie będzie słabe. Zasilanie roślin trwałych przerywamy w początkach sierpnia.

Rośliny hodowane dla liści zasilić można częściej i obficiej.

Do najpospolitszych nawozów płynnych zalicza się przede wszystkim gnojówkę — tę rozcieńczamy zawsze po połowie z wodą.

Do pomyj, mydlin itp bierzemy wodę w stosunku jednej trzeciej.

W małych ogródkach podmiejskich, gdzie z zasady o nawóz jest trudno, możemy sobie przygotowywać rodzaj płynnego kompostu, który działa nadzwyczaj skutecznie.

Bierze się dużą, szeroką beczkę napełnia się ją do wysokości ¾ wodą i wrzuca się tam pomiot ptasi, pomyje, mydliny, resztki z kuchni, krew zwierząt. Beczka musi być otwarta aby powietrze, które jest niezbędne do rozwoju bakterii, powodujących ferment miało jak największy dostęp.

Beczka powinna być ustawiona z daleka od budynków mieszkalnych.

Płynem tym podlewamy rośliny i za każdym razem dolewamy ubraną wodę i dorzucamy odpadki.

M. S. S.

WIADOMOSCI O DROBIU

Przy hodowli drobiu, pamiętać należy, żeby do wylęgu nie brać jaj od kur tegorocznych, które nie mają jeszcze pożądanych kwalifikacji na odpowiednią matkę. Równie ważnym czynnikiem jest wybór koguta, gdyż dziedziczenie występuje raczej przez koguta, niż przez kurę. Starajmy się więc o sprowadzenie kogutów z hodowli rodowodowych. Starać się o coroczne odświeżanie krwi, przez zmianę linii ojcowskiej, zwłaszcza u indyków, kaczek i gęsi. Pamiętać należy, że od warunków, w jakich chowamy kury, zależy ich zimowa nieśność. Kurnik musi być jasny, wietrzony, zabezpieczony przed mrozami. Woda do picia letnia, ciepła pasza, dostateczna ilość białka. Przy dużych mrozach i śniegach drobiu na dwór nie wypuszczać. Kurniki wyłożyć grubo słomą, na zimę pozdejmować grzędy. Przeciwko odmrożeniom można stosować smarowanie wazeliną lub szmalcem łapek, grzebieni i dzwonków. Odmrożone miejsca wytrzeć śniegiem, a potem natrzeć gęsim smalcem z kamforą (biorąc 100:10). Szczegółowa kontrola nieśności, codzienne zapisywania każdego, zniesionego jaja, z zaznaczeniem, od której kury pochodzi — sprawdzanie co kilkanaście dni wagi, będą sprawdzianem odpowiedniej hodowli kur. Kury, których jajo waży poniżej normy, oraz roczna nośność nie dochodzi do 120 szt. powinny być usunięte. To samo dotyczy sztuk słabo lub wadliwie rozwiniętych. Zarodowe stada można zestawiać, lub ulepszać najpóźniej w lutym, zwracając uwagę na zdolności rozpłodowe samców. Uważać, aby kury cięższe miały 1 koguta na 6—10 kur, kaczki: 1—5, perliczki: 1:6, indyczki: 1 indora na 6 indyczek, gęsi: 1:5. — Lutowe jaja nadają się specjalnie do wylęgania. — Czasem trudno jest zmusić samiczkę do siedzenia na jajach, można je w tym celu odurzyć wódką, posadzić na jajach i zakryć koszykiem. Gospodynie, posiadające wylęgarki, nie mają takich kłopotów. — Do wylęgu wybierać jaja świeże (od 3—10 dni od zniesienia), mocne i zapłodnione. Przechowywać je w przewiewnym, suchym miejscu, trochę przyciemnionym, o temperaturze od 5 do 10°C., układać na drewnianych półkach, codziennie przewracać. Każdą kurę przed posadzeniem na jajach, obsypać proszkiem perskim, aby siedziała spokojnie, wolna od insektów. Na dnie gniazda dobrze jest położyć darninę, która utrzymuje wilgoć. Na podściółkę można użyć owies lub siano. Po mniej więcej tygodniowym wysiadaniu przejrzeć jaja, czy są zalężone. Czyste jaja zużyć na karmienie piskląt. — Codziennie rano o tej samej porze kurę zdjąć z jajek, nakarmić, zostawić na kilkanaście minut na spacerze, po czym sama wróci do gniazda. — Dla zmiękczenia skórki na jajku, w przededniu lęgu, można zastosować kąpiel jaj, przy której zauważymy, że niektóre jaja poruszają się. Takie należy momentalnie wyjąć i bez wytarcia kłaść pod kurę. Jaja, które idą w wodzie na dno — są zepsute. — Marzec i kwiecień są najlepszymi miesiącami do wylęgania kur. Kurczęta, wylężone w tym czasie, będą już w końcu sierpnia i we wrześniu nieść jaja. Świeżo wylężonym kurczętom wysłać podłogę w ciepłym kurniku plewami lub sieczką. Przed wypuszczeniem na dwór nakarmić ciepłą paszą. Pilnować, aby się nie przeziębiły. Kaczątka mogą dopiero po 2-ch tygodniach wyjść na staw. Kaczkom nie wybierać jaj z gniazda, prócz kilku pierwszych, niezapłodnionych. Kaczka, po zniesieniu odpowiedniej ilości jaj, sama zasiada na gnieździe; nie wolno jej wtedy niepokoić, młode kaczątka po 24 godzinach po wylężeniu trzeba karmić chlebem, rozmoczonym w mleku, albo serkiem z jajka. Po kilku dniach dodawać zieleniny i rozgotowanej jęczmiennej śruty i wody do picia jak najwięcej. Po opierzeniu można odłączyć od matki, która w niedługim czasie znów zaczyna się nieść i może powtórnie wysiady-

wać jaja. Najchętniej wysiadują jaja kaczki dwu i trzyletnie.—Z małymi gąskami postępujemy w ten sam sposób, a w razie spóźnionej wiosny, zasiać zawczasu owies w skrzynkach, aby miały zieleń do skubania, co przyczynia się do udelikatnienia opierzenia. Starszym—dawać rano i wieczorem gotowane z osypką i zmieszane z zieleniną, ziemniaki. Pamiętać zawsze o czystości korytek, o świeżej paszy, o zmienianiu kilka razy dziennie wody do picia, do której dokładać węgiel drzewny, żwirek, tłuczone skorupki itp.

W maju zaczynają się lęgi perliczek i indycząt, które należy z początku 5—6 razy dziennie, potem rzadziej karmić serkiem z jajka, zmieszanym z ryżem i siekanką zieleniny, stopniowo podawać kaszę jaglaną czy jęczmienną, z dodaniem sypkiego twarogu i większej ilości zieleniny. świetną odżywką jest niewielka dawka jaj mrówczych, które można zbierać w lesistych okolicach, nabierając na łopatę mrowisko i rozsypując je cienką warstwą na słońcu, na miejscu oczyszczonym z roślinności i kładąc pośrodku kilka gałęzi. Mrówki, zaniepokojone słońcem, wybiorą wszystkie jajka i skryją je w cień gałązek, skąd można je wybrać do pudełka. W ten sposób postępując można zdobyć odpowiedni zapas jaj. — Maj — odznacza się obfitością chrabąszczy, co możemy wykorzystać, jako znakomity pokarm dla drobiu, dający się nawet przechować do zimy, a w zimie może być użyty zamiast mięsnej domieszki do karmy. Zebrane chrabąszcze parzyć wrzącą wodą i dawać w dowolnej ilości do zjedzenia. — Pamiętać, aby nie karmić drobiu więcej, jak 15 minut, poczym pokarm sprzątnąć, aby nie kwaśniał, oraz że nadmiar pokarmu latem, przysparza kurom tłuszczu, zmiejszając jednocześnie nieśność.

Dobrze jest już w maju przygotować zapasy suszonych pokrzyw, które zachować do zimy w przewiewnym, suchym miejscu, a potem starte dodawać do gotowanych kartofli, przy czym pamiętać należy, że nadmiar pokrzyw podrażnia narządy rozrodcze i trawienia. Przy hodowli drobiu stale pamiętać należy o zachowywaniu czystości w kurniku, zabezpieczając drób od różnych pasożytów. Kurnik bielić często, dodając do wapna 1 łyżkę na wiadro kreoliny. Do mycia podłóg w kurniku też używać kreoliny, która niszczy wszystkie zarodki i jajka pasożytów. Do pozbycia się ich, konieczna jest również kąpiel z piasku i popiołu drzewnego, z nieznaczną domieszką siarki, która powinna być urządzona w słonecznym miejscu na wybiegu.

Dla dezynfekcji — dobrze jest dodawać kilka razy w tygodniu 2 do 3 gr. siarczanu żelaza do litra czystej wody, która również wpływa wzmacniająco.

W lecie, w czasie upałów (czerwiec, lipiec i sierpień), ograniczyć spożywanie ziarna i tłuszczów, bo niszczą siłę rozpłodową, trzeba dawać więcej zieleni, mielonych kości, produktów mlecznych, oraz skorupek od jaj, mączne produkty ograniczyć. W czerwcu kończy się okres lęgów, trzeba kwoki odzwyczajać w tym czasie od siedzenia, umieszczając je w klatce, zrobionej z cienkich drewnianych pręcików, nakrytej daszkiem i postawionej na okólniku. Po kilku dniach kura przestaje kwokać i zacznie się nieść. — Pamiętać trzeba, że w czasie długich deszczów, albo zbyt wielkich upałów — mogą powstać choroby epidemiczne, z którymi jedynie walczyć można przez wzmożoną czystość. Prócz zamiatania kurników, po wypuszczeniu drobiu, odkurzać ściany, sufity, grzędy, poidełka i korytka czyścić gorącą wodą z sodą, albo ługiem. Kurnik wysypywać świeżym piaskiem, albo torfowym miałem, który działa aseptycznie. — Do picia podawać wodę z dodatkiem kwasu solnego w stosunku 1 na 600, albo siarczan żelaza, o czym pisaliśmy wyżej. Woda ma stać w cieniu, aby było chłodna. Chore sztuki drobiu koniecznie odosobnić, aby

nie zarażały innych. Nieżywe — natychmiast palić. Jeżeli chcemy się dowiedzieć, z jaką epidemią mamy do czynienia — posyłamy do analizy padły drób, żeby mieć możność zastosowania odpowiedniej szczepionki. W razie epidemii — przeprowadzić należy dezynfekcję — paląc przede wszystkim wszystkie drewniane sprzęty, a ściany i sufity szorujemy 15% rozczynem sody lub ługu, ściany wybielić wapnem z kreoliną, szarym mydłem i klejem stolarskim, podłogę wysmarować karbolineum i przesypać świeżym piaskiem. Jeżeli w kurniku nie mamy podłogi — wybrać ziemię i nasypać drobnego żwiru, zmieszanego z niegaszonym wapnem i popiołem drzewnym. Kurniki po dezynfekcji dobrze wywietrzyć i dopiero wtedy wpuścić drób, po uprzednim umyciu każdej sztuce łapek w ciepłej wodzie z mydłem i kreoliną (w ilości 3%). Narzędzie, użyte do oczyszczania — wymyć w wodzie z sodą, albo z kreoliną. Nawóz z kurników zsypać do dołu, posypać wapnem niegaszonym i grubo zasypać ziemią. — Latem należy dorosły drób karmić trzy razy dziennie, rano, w południe i wieczorem.

W lipcu zabrać się do robienia zapasów jaj na zimę, konserwując je w wapnie. W tym celu wybieramy czyste, świeże jaja, układamy w garnek kamienny, albo w beczkę — pokrywamy całkowicie wodą wapienną, którą należy przygotować z kilograma wapna zgaszonego, rozcieńczonego z dodatkiem garści soli kuchennej. Płyn powinien mieć gęstość śmietanki. Gdyby po pewnym czasie płynu ubyło, należy dodać jeszcze mleka wapiennego. Wapnowane jajka pękają w gotowaniu i nie są smaczne. Można je używać tylko do ciast i potraw. Do gotowania używać lepiej jaj konserwowanych w szkle wodnym, biorąc 1 litr na 10 litrów wody. Bardzo smaczne są perlicze jaja, które można przechowywać w suchym, przewiewnym miejscu bez żadnych trudności. Najlepsze do przechowywania są jaja znoszone przez drób w czasie żniw, kiedy drób spożywa dużo ziarna. — Drób przeznaczony na rzeź powinien dostawać odtłuszczone mleko, aby miał delikatniejsze mięso.

Kapłonienie kogutków rozpoczynamy w sierpniu, a najpóźniej we wrześniu. Wybieramy sztuki, liczące 6 do 8 tygodni. Operację trzeba wykonać szybko, czysto i umiejętnie, aby ptak nie cierpiał. Kapłonienie jest dla gospodarstwa korzystne z tych względów, że kapłony zużywają daleko mniej pokarmu od innego drobiu i tuczą się lepiej, a mięso ich jest znacznie lepsze, prócz tego można je trzymać razem z kurami, gdyż im nie dokuczają, ani nie biją się z kogutami. Miesiąc sierpień jest odpowiedni do tuczenia kaczek, wylęgonych w marcu. Kaczki powinny być zamknięte na niewielkim okólniku, zaopatrzone w świeżą wodę (do której na spód koryta dosypać żwiru). Tuczyć przez mniej więcej dwa tygodnie. Przez ten czas powinny przybrać na wadze 1—1½ kg. Świetną paszą dla kaczek jest rzęsa, pokrywająca powierzchnię stawów. Należy ją zbierać grabiami w ilości potrzebnej na jednorazowe użycie, gdyż złożony w kupki psuje się. Rzęse mieszać w osypką i parowanymi ziemniakami, z dodatkiem węgla drzewnego, tłuczonego i podawać cztery do pięciu razy dziennie. — Świetną również odżywką da drobiu są grzyby małowartościowe (bedłki), które po wysuszeniu w piecu po chlebie, zgarnąć wraz z okruszynami węgla drzewnego i przechowywać w woreczkach — w przewiewnym miejscu, uważając, aby nie spleśniały, wszelki bowiem pokarm zepsuty i nadkwaśniały jest dla drobiu bardzo szkodliwy. — Dobrze jest również wykorzystać ścierniska na polach i podorywki, dokąd można przewozić drób w ruchomych kurnikach na kółkach, które powinny być zrobione z lekkich cienkich deseczek, albo z dykty, dla kurcząt ręczne małe, a dla kur dorosłych urządzić większe na kołach od wozu i przewozić końmi. kurniku musi być poidełko z

czystą wodą i grzędy. Wywozić na pole ze świtem, a pod wieczór zwabić drób, wysypując na przynętę ziarno w kurniku. Pamiętać trzeba, że gęsi i indyki muszą być stale dozorowane, gdyż rozbiegają się daleko i mogą wyrządzić szkodę w polu. Drób, wypuszczony w pole może przyczynić się znakomicie do tępienia różnych szkodników, jak np. mysz polnych, pędraków, liszek itp.

We wrześniu należy przygotować kurniki na zimę, wybielić, wyczyścić, sprawdzić dach, drzwi i okna. Poreperować, co należy. Zająć się skubaniem i przechowaniem pierza. Przy skubaniu pamiętać, że pióra trzeba wyrywać umiejętnie w tym kierunku, w jakim się układają (od przodu do tyłu), aby nie zadzierać skóry, wyrywać trzeba, dokąd ptak nie ostygnie, dzieląc na trzy gatunki: drobne, średnie i duże, przechowując następnie w trzech oddzielnych workach, zrobionych z rzadkiej tkaniny, na strychu w przewiewnym miejscu. Dobrze jest co pewien czas wynieść na dwór i trzepać lekko. Pierze kur, mniejsze, pokrywkowe, mogą być również używane na pościel. Pióra kogucie są poszukiwane do ozdoby kapeluszy i mogą być wyrywane bez szkody żywym kogutom.— Wrzesień jest miesiącem pierzenia się kur i należałoby je w tym okresie bardziej odżywiać, aby skrócić przerwę w nieśności. Dobrze jest dodawać do paszy odrobinę siarki (¼ gr na sztukę), oraz węgiel drzewny. Marcowe kokoszki powinny rozpocząć we wrześniu znoszenie jaj, przy czym po kilku tygodniach następuje przerwa, którą można wykorzystać na tuczenie ich na pulardy. Wrześniowe i październikowe jajka można przeznaczyć do wylęgu, co wprawdzie jest trudne i kłopotliwe, ale bardzo korzystne, gdyż zimowe kurczęta są bardzo drogie i poszukiwane. Stare kury po wypierzeniu tuczymy na sprzedaż przed zimą. Kogutki w czasie pierzenia odłączyć od kur, szczególnie sztuki zarodowe. — Ponieważ drób zarodowy jest na jesieni tańszy, należy wykorzystać koniunkturę, jeśli pragniemy odświeżyć krew w naszych stadkach. Dla indyczek powinniśmy się zaopatrzyć na zimę w żołędzie i buczynę, którą po wysuszeniu w piecu po chlebie, zsypać w worki. — Ponieważ kaczęta łatwo się wychowują, możemy jeszcze z początkiem sierpnia, jeśli kaczki się niosą, posadzić do wylęgu. Kaczęta żywić obficie parowanymi ziemniakami, marchwią i otrębami. — Dla gęsi najlepsze jest pastwisko, w braku którego dawać dużo zieleniny.

W październiku powinno się pomyśleć o wyprzedaniu drobiu, nieodpowiedniego do hodowli na zimę. Z rozpoczęciem chłodów musimy zmienić sposób odżywiania drobiu, mianowicie dajemy teraz więcej ziarna, co podnosi produkcję jaj. Ponieważ jednak ziarno jest drogie, dajemy je tylko kurom, przeznaczonym na stada zarodowe. Kurom, przeznaczonym do spożycia i tuczenia, dajemy ziemniaki, tłuczone z plewami i otrębami, z dodaniem kwaśnego mleka, lub twarogu. Z rana podawać pokarm ciepły. Dobrze jest w dni pogodne zgrabiać liście w ogrodzie i rzucać je do kurnika. Kury wygrzebią z nich owady i jajeczka, przy czym zażyją ruchu, niezbędnego dla zachowania nieśności. W październiku trzeba pamiętać, aby do pokarmu dodawać zieleniny, której mamy pod dostatkiem z odpadków kapusty, naci buraczanych itp. Gęsi i indyki mogą jeszcze korzystać z pastwiska. Gęsi, przeznaczone na tuczenie karmić intensywniej, w zależności od tego, czy pójdą na półgąski, czy na smalec. (Na półgąski muszą być mięsiste, karmić więc należy owsem i siekaną marchwią, oraz jeden raz dziennie gotowanymi kartoflami z jęczmieniem, albo otrębami pszennymi. Do picia — woda. Gęsi na smalec — karmić najpierw trzy razy dziennie owsem i marchwią, przechodząc na parowane ziemniaki z otrębami i tłuczonym węglem drzewnym. oraz rozparzony owies i poślady, a do picia podawać

odtłuszczone mleko. Dobrze jest dodawać rozmoczoną śrutę z kukurydzy, albo mąkę kukurydzową. Utuczona odpowiednio gęś powinna dać więcej niż 2 kg smalcu. Tuczenie trwa od 2—3 tygodni).

W listopadzie należy się liczyć z możliwością mrozów, musimy więc rozpocząć karmić drób strawą zimową, rano koniecznie ciepłą, wieczorem ziarnem, do picia podawać wodę zaletnioną, dwa razy w tygodniu dodawać do wody 3 g siarczanu żelaza na litr wody, lub tyleż kwasu solnego. Woda musi być kwaskowata. Aby drób nie cierpiał na brak wapna, powinno się napełniać korytko na grzebniku drobnym żwirem, mielonymi kośćmi, tłuczonymi skorupkami jaj, suszonymi chrabąszczami itp. Nie wolno umieszczać drobiu w stajniach, oborach, chlewach ani kuchniach, gdyż to jest bardzo niehigieniczne i szkodliwe.

Nie wypuszczać drobiu na śnieg i mróz, lecz przy kurniku zbudować grzebnik, wysłać grubo liśćmi, torfem, trocinami, plewami itp. i dla zachęty do grzebania wrzucić trochę ziarna, dla dostarczenia koniecznej zieleniny powiesić można główkę kapusty, burak i marchew. Nawóz zbierać co dzień, przeznaczyć na kompost, podłogę w kurniku wysypać piaskiem i suchym torfem. Nie należy sztucznie ogrzewać pomieszczeń dla drobiu. Wybieg trzeba przekopać, nie grabiąc, aby ziemia przemarzła i wywietrzała.

W grudniu pamiętać o tuczeniu indyków na Święta Bożego Narodzenia. Tuczenie trwać powinno dwa do trzech tygodni i polega na dawaniu tak dużo pokarmu, ile tylko zjedzą; do picia podawać mleko. Wybieg ograniczyć. Przed tuczeniem zważyć każdą sztukę, po tygodniu tuczenia również, aby się zorientować, czy przybywa na wadze. Jeśli zauważymy, że chudnie, należy ją usunąć. Grudzień jest miesiącem, w którym zestawia się gniazda gęsi do hodowli, wybierając sztuki odpowiednie i rasowe. Dla odświeżenia krwi wymieniać należy gęsiory. Sprowadzać do hodowli tylko sztuki ze znanymi rodowodami, aby uniknąć przykrych czasem niespodzianek. — Pamiętać, że grudniowe sadzenie kur do wylęgu bardzo się opłaca, gdyż wczesne kurczęta są bardzo poszukiwane i drogie.

O wybiegach: wybiegi urządzamy przy kurnikach, obliczając obszar ich, w zależności od ilości hodowanych kur, licząc, że na 25 szt. potrzeba zagrodzić 100 mtr.². Ogrodzenie najlepsze jest z drucianej siatki, ocynkowanej, wysokiej na 2½ mtr., aby kury nie przefruwały. Siatkę umocować na cienkich słupkach, przybijając gwoździkami, na dole przeciągnąć drewnianymi kołkami, wbitymi w ziemię. Unikać przybijania u góry poprzecznych desek, gdyż kury mogą zorientować się, jakiej wysokości potrzeba by im było do przefrunięcia. Takie wybiegi są przenośne i można je umieszczać w różnych częściach ogrodu, pamiętając przy tym, że nawóz kurzy jest bardzo do użyźnienia ziemi potrzebny, a przy tym kury niszczą różne szkodniki. Można wybiegi urządzać tańszym kosztem, z materiału, jaki mamy pod ręką. Koniecznym jest posadzenie na wybiegu kilku krzewów, aby kury w czasie upału mogły się schować w cień, gdzie powinny się również znajdować poidełka z kilka razy dziennie zmienianą wodą. — W pełnym słońcu należy urządzić kąpielisko dla kur, o czym pisaliśmy wyżej. (Suchy piasek, zmieszany z popiołem drzewnym). Dookoła ogrodzenia posiać owies, aby kury miały dosyć zieleni, a dla dostarczenia robaków — ułożyć kupki gnoju, w których szybko zagnieżdżają się gąsienice much. Na noc położyć wilgotną szmatkę na ziemi, a pod nią rano znajdą się smakowite dżdżownice. Wybieg dla kurcząt jest bardzo ważny specjalnie wczesną wiosną, kiedy drobiu nie można wypuszczać na ogród i pole, ze względu na świeże zasiewy.

Leczenia zwierząt jak leczenia ludzi powinni się podejmować tylko specjaliści t. j. lekarze, w niektórych prostych wypadkach doświadczeni gospodarze i gospodynie, na ogół jednak osoby nieprzygotowane naukowo, powinny się ograniczyć do podania pierwszej pomocy i jak najszybszego wezwania lekarza weterynarii, jeżeli nie chcą narażać zwierzęcia na cierpienia, kalectwo a siebie na straty.

WSKAZÓWKI OGÓLNE

Ogólnie stosowane lekarstwa w wypadkach zachorzeń u zwierząt, są to przede wszystkim środki przeczyszczające, jak np. *olej rycynowy,* który podaje się koniom i bydłu w ilości pół kilograma na raz, cielętom i źrebakom, oraz świniom po 50 g na raz. Psom i kotom łyżkę stołową. Następnie *sól glauberska* rozpuszczona w wodzie, którą podawać koniom od 200 do 400 g na raz, bydłu zaś od 400 do 800 g, świniom i owcom od 25 do 50 g na raz; psom od 10 do 25 g, kotom trochę mniej.

Kalomel daje się tylko koniom i świniom. Koniom 4 g na raz w cieście, dużym świniom 4 g na raz w rzadkim cieście, lub wymieszany z miodem.

Aloes, zmieszany z ciastem, lub w wodzie z solą glauberską, z kawałkiem mydła — koniom 30 g, krowom od 30 do 60 g, psom i kotom od 2 do 5 g.

Lewatywę robi się z wody letniej, z dodatkiem kawałka mydła, z pomocą irygatora. Koniom i krowom wlewa się 6 do 10 litrów wody.

Środkami powstrzymującymi rozstrój żołądka są: kleik z siemienia lnianego, kwarta na raz koniom i krowom, Tanalbina, którą podawać z mlekiem lub w cieście po 5 g, co 3 godz. cielętom i źrebakom. Tanufirm — cielętom, źrebakom i świniom po 5 g, koniom i krowom — po 10 g w cieście lub miodzie 2 razy dziennie. Białko z 2 jajek, ubite w szklance mleka co 2 godziny, wszystkim zwierzętom, zwłaszcza młodym.

Środki uspakajające wewnętrzne bóle: łyżkę rumianku i łyżkę liści pieprzowej mięty zaparzyć w litrze wrzącej wody, przecedzić, ostudzić i dać pić z butelki koniowi przy bólach w przewodzie pokarmowym.

Okłady rozgrzewające — czysty worek włożyć na 10 minut do zimnej wody, wyżąć, położyć na chore miejsce, zakryć ceratą, położyć derkę, szczelnie zawiązać pasem.

Na wymioty daje się *emetyk* świniom od 1 do 2 g z miodem, psom 1 g rozpuścić w pół szklance wody (dawać łyżką stołową, co 20 minut, aż do skutku).

Środki przeciwrobaczne: *santonina* — dawać koniom od 10 do 20 g zależnie od wielkości konia, zmieszana z olejem i mąką. świniom od ½ do 1 g zmieszana z miodem, psom — 0,05 zmieszana z łydką oleju. Po daniu santoniny (po godzinie), należy koniecznie dać jeszcze środek przeczyszczający, najlepiej olej rycynowy.

Opatrywanie ran. Ranę najpierw dezynfekujemy przez przemycie rozczynem dezynfekującym. Każdą ranę opatrzyć jak najprędzej, w pierwszym rzędzie zatamować krew, przez przyłożenie złożonego w kilkoro kawałka czystej gazy, zmoczonego w wodzie karbolowej lub lizolowej, lub w gorącej, przegotowanej wodzie. Gazę przyciskać mocno do rany za pamocą kawałka waty przez kilkanaście minut. Jeżeli głębsza — zatykać głęboko tamponami z czystej gazy zwilżonej w 3% rozczynie taniny lub w eterze. Po zatamowaniu krwi zmyć dokładnie ranę za pomocą szpryczki z wodą karbolową, lub lizolową, aby usunąć wszelki brud i piasek, który mógł się tam dostać. Jeżeli rana nieduża — po przemyciu jodynujemy ją pędzelkiem z waty, zasypujemy kseroformem, lub jedoformem, nakładamy kilka razy złożoną watę sterylizowaną i owiązujemy bandażem. Jeżeli rana jest duża i skóra odstaje lub wisi, musimy po zatamowaniu krwi zeszyć ją, pozostawiając u samego dołu otworek do

odchodzenia ropy. Ranę zeszywa się białym jedwabiem, który w raz z igłą musi być przez 10 minut wymoczony w wodzie karbolowej, albo lizolowej. Przed szyciem włosy koło rany wystrzyc, igłę wkłuwać na dwa centymetry od brzegu rany, każdy ścieg wiązać mocno na trzy lub cztery supły, uważać, aby nie dotykać rany palcami.

Ciepłota u zwierząt. Nawet u zdrowych zwierząt ciepłota ciała może w ciągu krótkiego czasu zmieniać się. Np. zwiększyć w stajni lub oborze nieprzewietrzonej, po silnym podrażnieniu zwierzęcia, albo w czasie grzania się samicy, — albo zmniejszyć się, gdy np. zwierzęta przebywają dłuższy czas na deszczu, po napojeniu zimną wodą, albo po lewatywie. Temperaturę u zwierząt mierzymy przy pomocy ciepłomierza z grubego szkła (podziałka na 43°), przez 10 minut w kiszce odchodowej.

Tętno u zwierząt można zmierzyć z pomocą przyłożenia palca do tętnicy w okolicy szyi, lub na dolnej szczęce, gdzie można dokładnie wyczuć miarowe zwężanie i rozszerzanie serca. Przyśpieszenie tętna bywa: po szybkim ruchu, przy wielkim upale, z przestrachu, z podrażnienia nerwowego, przy chorobach. Tętno słabe, niewyczuwalne dowodzi, że zwierzę zdycha.

Dezynfekcja obór, stajni i chlewów. Zrobić lekki roztwór niegaszonego wapna i siarki, albo sinego kamienia w 2-ch niemetalowych naczyniach, najlepiej kamiennych lub drewnianych. Można zastosować również rozczyn wapna i karbolu w następujący sposób: w kamiennej beczce rozpuszczamy kilogram świeżego niegaszonego wapna w 10 litrach wody, a w drugiej beczce w 2-ch litrach wody rozczyn karbolowy. Ściany polewać wiadrem, lub konewkami. Póki ściany mokre — uważać, aby bydło ich nie lizało. Drabiny i żłoby myć w szarym mydle, potem opłukać dobrze czystą wodą i wytrzeć ściereczką nasyconą kwasem bornym.

Tępienie much. Najlepszą porą do tępienia much jest jesień. Prócz stosowania drobiazgowej czystości w budynkach, należy polewać wapnem wszystkie śmietniska dookoła gumien, osuszać kałuże z brudną wodą, w mieszkaniach tępić muchy za pomocą trucizn i lepów, w większych budynkach ściany spryskiwać lizolem lub karbolem. Dobrze jest malować sufity w kuchniach, oborach i stajniach na kolor niebieski, gdyż muchy go nie znoszą. Do farby można dodać ałunu, który osłabia odnóża much (6% w stosunku do ilości wapna niegaszonego). Nacieranie zwierząt odwarem z włoskich orzechów również odstrasza muchy.

Przepisy na lep: ogrzać do wrzenia, ciągle mieszając 5 g oleju lnianego z dodaniem 200 g sproszkowanej żywicy lub kalafonii. Po stopieniu żywicy dwie łyżki wrzącego syropu cukrowego, albo pół szklanki miodu i wszystko dobrze wymieszać. Drugi sposób: 200 g żywicy, 60 g oleju lnianego, 3 g żółtego wosku pszczelego i 2 łyżki syropu albo miodu.

Pchły u psów odstrasza suszona paproć, liście olchy, piołun i szuwar rozrzucony w budzie, na legowisku psa. Można umyć psa 1% roztworem kwasu karbolowego, co zabezpiecza i przed innym robactwem.

PIERWSZA POMOC W CHOROBACH DROBIU

Dyfteria, której objawem jest śluzowaty, o przykrej woni wyciek z nosa i dzioba, łzawienie, opuchnięcie oczu, oraz żółtawe narosty w jamie ustnej i która jest bardzo zaraźliwa — leczyć należy przede wszystkim przez przeniesienie chorego drobiu w ciepłe i słoneczną miejsce (zdrowy drób koniecznie odosobnić), głowę ptaka obmyć 3% kwasem bornym, nozdrza i jamę ustną czyścić ze śluzu i delikatnie pędzlować 10% roztworem pioktaniny w spirytusie. Do oczu można zapuszczać 1% roztwór protargolu. Dawać do picia wodę z kreoliną (10 kropel na wiadro wody), nawet i zdrowemu ptactwu.

Biegunka u kurcząt powstaje przy brud-

nym podawaniu jedzenia. Kurczętom nowowyklutym podawać pokarm dopiero po upływie 36 do 48 godzin, nigdy jajek, ugotowanych na twardo. Jeżeli kurczęta zachorują nie podawać jajek w ogóle, jedynie ryż na sypko gotowany, a do picia wodę z wygotowanego ryżu. Jeżeli kurczęta są długo w zamknięciu — podawać czasem trochę odpadków z mięsa ,lub robaków.

Indyczęta i perlice powinny dostawać dobrze wymieszaną cebulę, krwawnik i drobno posiekaną pokrzywę, posypaną kaszą rozparzoną w mleku, albo z dodatkiem świeżego. miękkiego sera. Karmiony tym drób będzie zdrowy i nie ulegnie pomorowi.

Kaczki — gdy się kręcą i uprzykrzają — są głodne, dawać im tyle jedzenia, aby najedzone usiadły. Gdy rosną potrzebują dużo pożywienia. Dawać im mleko do picia i odpadki kuchenne.

Kurczętom — dawać suszony i zmielony na krupy jęczmień. Z krup wysiać mąkę, krupy oczyścić z otrąb, krupy i mąkę złączyć w następującej proporcji dla 10 kurcząt: 1 łyżka mąki z krupami, łyżka świeżej, usiekanej zieleniny, łyżka zimnego słodkiego lub zsiadłego mleka, dokładnie wymieszać i dawać kurczętom. Dla starszych podawać proso gotowane, a wszystkim gruby piasek, który jest konieczny do trawienia.

Pasożyty zewnętrzne drobiu. Epidemiczne pojawienie się żyjących na skórze, nogach i piórkach dowodzi nieporządku, panującego w kurnikach. Ze względów zdrowotnych zwracać należy uwagę na oświetlenie kurnika. Grzędy powinny znajdować się na równym poziomie, aby drób nie walał sobie wzajemnie piór odchodami.

Pchełki *(Diptera aphaniptera)*, żyją na skórze i powodują podrażnienie skóry. Jeżeli drób ma do dyspozycji dostateczną ilość popiołu drzewnego lub drobnego piasku — sam pozbędzie się tej plagi. Larwy tych pchełek żyją w ziemi i można je usunąć przez dezynfekcję.

Pluskwy *(Hemiptera aptera, Racinadae)* nie siedzą na skórze, lecz atakują drób co pewien czas. Napadają przeważnie na drób anemiczny lub stary. Leczyć należy przez odosobnienie od zdrowych i usunięcie szczotką, zmaczaną w nafcie, przy czym unikać, aby nafta nie zamaczała skóry. Bardziej uparte pasożyty usunąć trzeba dezynfekcją: zamknąć ptactwo w szczelnych skrzynkach, z otworem na głowę, w skrzynce umieścić lampę dezynfekcyjną z siarką lub formaliną; wszystkie pasożyty wyginą w bardzo krótkim czasie, te zaś, które zdołają uciec zabijamy naftą. W braku urządzeń dezynfekcyjnych — stosujemy kąpiel z ciepłej wody z rozpuszczonym pięciosiarczkiem potasu, biorąc 30 g na 1 litr wody), ptaka trzymać za głowę i nogi i zanurzyć tak, aby wszystkie piórka były mokre. Po kąpieli nie wypuszczać na zimno.

Roztocze (kleszcze, *Acarina)* — atakują drób w nocy, jedne żerują na skórze, inne na piórkach, lub pod łuskami na łapach, powodując obrzmienie i narośle. W dzień chowają się w ścianach i podłodze, np. Dermanyssus gallinae, który wysysa krew i powoduje osłabienie. Leczyć, jak przy pluskwach.

Świerzbowce *(Sarcoptes mutans)* wywołuje narośle i guzy na łapach, co utrudnia chodzenie i wyszukiwanie pokarmu, oraz innych funkcji życiowych. Atakuje wszystkie ptaki, prócz gęsi i kaczek Świerzbowiec umieszcza się pod tarczami, okrywającymi nogi, powodując podniesienie się ich i obrośnięcie żółtawą masą. Leczyć przez usunięcie zbędnych warstw naskórka twardą szczotką, przepojoną naftą, po czym wcierać 30 — 50 części na 100 kwiatu siarczanego. Po kilku dniach powtórzyć ten zabieg. W rzadkich wypadkach, gdy świerzbowiec umieści się gdzieindziej (np. na grzebieniu) — wystarczy posmarować maścią siarkową. — Konieczne jest również wyczyszczenie całego budynku przez umycie sufitu wodą z dodatkiem kreozotu, lizolu, lub formolu (10 gr,

na 1 litr), a ściany i podłogę wysmarować kwasem siarkowym w stężeniu 1:100, albo siarczkiem żelaza w tym samym stężeniu. Całkowicie wygubić można przez dezynfekcję gazową. (W tym celu umieścić nad lampą naczynie z formolem 40%. Jeden litr wystarczy na lokal objętości 100 m³. Można zastosować siarkowanie: 2 kg. siarki na tę samą powierzchnię.

Wszy kurze — pierojady — można widzieć gołym okiem, gnieżdżą się pod skrzydłem, na szyi i koło odbytu. Zwalczać przez posypanie piór proszkiem perskim, tabaką, lub kwiatem siarczanym, albo smarować olejem lnianym z dodatkiem oleju anyżowego, w razie potrzeby można smarować nim nawet główki pisklętom. Należy również urządzić kurom w słonecznym miejscu kąpiel piaskową: miałki piasek z popiołem przesianym, odrobiną pyłu gipsowego, oraz kwiatem siarczanym i tabaką.

CHOROBY KRÓW

Tasiemiec i kaszel leczyć jak u koni (patrz niżej).

Gruźlica u krów — rzadko jest uleczalna, z początku trudno ją zauważyć, krowy nią dotknięte dają mleko wodniste, w którym pod mikroskopem odróżnić można skrzepy. Mleka od chorej krowy nie wolno dawać ludziom.

Niestrawność — spowodowana jest przeważnie spożywaniem zatęchłej i zakurzonej paszy, objawia się przez zaparcie stolca lub ostrą biegunkę, należy stosować przy leczeniu środki przeczyszczające, lub środki przeciw biegunce. Dla uregulowania trawienia doskonały jest kwas solny.

Wzdęcie — które powstaje wskutek spożycia zbyt wiele koniczyny, wyki, lub przy spasaniu żyta w jesieni, leczyć przez polewanie brzucha z lewej strony wodą zimną, potem ustawić krowę tylnymi nogami niżej, niż przednie, najlepiej w rów, ugniatać pięściami brzuch (tylko z lewej strony). Wlać do wewnątrz 4 litry wody wapiennej. Ratować możliwie szybko.

Zadławienie — przeważnie od okopowizny — leczyć wlewając w przełyk pół szklanki oliwy, uciskać z obu stron szyję, starać się przesunąć, ugrzęzły burak czy kartofel, w okolicę pyska. Nie popychać prętem.

Niemoc porodowa u krów: objawia się przez bezruch, opadnięcie łba na brzuch, niewrażliwość na ukłucie. Leczyć wdmuchiwaniem powietrza w wymię. Zabieg ten może zrobić tylko weterynarz.

Pomoc przy porodzie krów. Jeżeli po upływie kilku godzin od czasu rozpoczęcia silnych skurczy macicy i odejściu wód płodowych poród nie postępuje — należy zbadać położenie płodu ręką. W tym celu obcinać dokładnie paznokcie, rękę umyć ciepłą wodą z mydłem i spirytusem, posmarować oliwą. Wtedy włożyć do pochwy, poczekać, aż ustaną parcia macicy, zepchnąć w głąb macicy wtłoczoną w macicę część płodu i zbadać jego położenie. Jeżeli jest zakręcona główka, lub jedna albo dwie nóżki, trzeba postarać się płód ułożyć w położeniu główkowym lub pośladkowym, a wtedy poród odbędzie się normalnie. Jeżeli po naprostowaniu płodu, główka lub nóżka znów zakręcają się, trzeba na nóżki i główkę nałożyć pętle i pociągnąć za linki w czasie skurczów macicy. W cięższych wypadkach wezwać waterynarza. Po porodzie łożysko powinno odejść w przeciągu kilku lub kilkunastu godzin. Jeśli po upływie doby nie odeszło, trzeba usunąć je ręką. Rękę umyć ciepłą wodą i spirytusem, i jak przy porodzie nasmarować oliwą. W macicę wlać (przez irygator) trzy litry wody kreolinowej 2%, lub 1% roztwór wodny lizolu. Jedną rękę włożyć w macicę, drugą ręką ciągnąć za wystającą część łożyska. W miejscu, gdzie łożysko jest przyrośnięte do guzów macicznych, naciskać bokiem palca między łożyskiem i guzem, aż się łożysko odklei. Nie wolno wyrywać guzów macicznych.

CHOROBY ŚWIŃ

Pomór świń jest epidemią, objawia się

utratą apetytu, gorączką, czasem czerwone plamy na skórze, lub biegunka. Jedyną pomocą — zastrzyknięcie surowicy przeciwpomorowej przez weterynarza.

Robaki — leczyć santoniną (1 g z miodem). Po godzinie olej rycynowy.

Rany — od pokąszeń przez psy, lub inne — leczyć przesypaniem kseroformem, krochmalem utartym na proszek z kwasem bornym w równych ilościach.

Świniom należy podawać lekarstwa tylko zmieszane z miękim ciastem, płynnych podawać nie wolno. *Psom* — wlewamy lekarstwo łyżką w odciągniętą na bok wargę, bez otwierania pyska.

O zrzucaniu prosiąt. Do przyczyn zrzucania należy: podawanie bardzo zimnych pokarmów w chłodne dni wiosenne lub jesienne, pasza zepsuta itd. Świnie prośne powinny być ostrożnie karmione, nie wolno ich straszyć, szybko wypędzać z chlewu przez ciasne drzwi, nie narażać na zbyt silne zmiany temperatury.

CHOROBY KONIA

Świerzb — na szyi powstają krosty, sierść wypada, tworzą się strupy — leczyć przez obmywanie szarym mydłem zarażonych miejsc, potem wcierać maść, przygotowaną z 100 gr. kreoliny, 200 gr. szarego mydła i 200 gr. spirytusu.

Tasiemiec — objawy: brak lub nadmierny wzrost apetytu, charakterystyczne wydzieliny; leczyć przez podanie 100 gr. kłębu paproci z ciastem. Po pięciu godzinach — normalna porcja oleju rycynowego.

Kaszel — jeśli uporczywy i długotrwały — zastosować dwa razy dziennie zabieg inhalacyjny. Do długiej torby włożyć kilka garści siana łąkowego, trochę rumianku, trochę mięty — zawiesić koniowi na szyi, aby cała morda była w torbie schowana, spód torby zanurzyć w kubełku z wrzącą wodą. Po tym zabiegu nie wyprowadzać zaraz konia na podwórze.

Obrzęki i guzy: wcierać w chore miejsca następujący preparat: łyżkę stołową terpentyny i łyżeczkę amoniaku, przed użyciem wstrząsnąć.

Kulawizna — przy uszkodzonej pięcie lub podeszwie kopyta przykładać zimne okłady. Jeśli po dwudniowym stosowaniu okładów bóle nie ustąpią — zawezwać weterynarza, gdyż w kopycie może być ropa.

Ochwat: objawy gwałtowne, utrudnione ruchy, przednie nogi koń wysuwa naprzód, tylne podsuwa pod brzuch. Leczyć szybko i energicznie. Kopyta okładać rozrobioną rzadko gliną z octem i solą, ciało skrapiać terpentyną i wycierać wiechciami ze słomy. Wezwać weterynarza.

Kolka — powstaje u konia przez nieregularne karmienie, lub zanieczyszczoną paszę. Koń nie bierze posiłku, jest niespokojny, rzuca się. Leczyć przez zrobienie irygacji, dać do wypicia kalomel 4 gr. zmieszany z 5 gr. opium.

Ślinienie i brak apetytu u konia jest przeważnie spowodowane złym ścieraniem się zębów trzonowych, trzeba je często spiłowywać raszplą.

Gruda — skóra na koniu zaognia się, pod pęciną tworzą się rany i powodują kulenie. Jest to rodzaj infekcji. Przede wszystkim ostrzyc sierść pod pęciną obmyć ciepłą wodą nogi, ranę wymyć wódką, zmieszaną pół na pół z oliwą do jedzenia. Na ranę przyłożyć gazę, zwilżoną rozczynem: jodoformu 2 gr., jodyny 4 gr., gliceryny 30 gr. Przed użyciem wstrząsnąć. Zabieg powtarzać kilka razy dziennie.

Często się zdarza, że jeden koń drugiemu nastąpi na kopyto, nazywa się to **zatrat** — należy w tym wypadku ranę dokładnie oczyścić z brudu i włosia, sierść dokładnie obciąć nożyczkami, ostrożnie pędzlować ranę, roztworem sublimatu (1 pastylka na litr wody), lub wodą utlenioną (łyżka na szklankę wody). Przestrzegać zaleceń weterynarza, gdyż wszelkie niedokładności spowodować mogą owrzodzenie, lub przetok kopytowy, co jest często nieuleczalne.

Odkażające środki przy wszelkich ranach: *sublimat* w pastylkach, używać po rozpuszczeniu 1 pastylki na litr wody, *woda utleniona* — łyżka na szklankę wody, *woda jodowa* — 15 kropel jodyny na szklankę przegotowanej wody, *kwas borny* — łyżeczka herbaciana na szklankę wrzącej wody.

Odgniecenie kłęba u koni zdarza się przez niedopasowane chomąta, lub u koni, które szarpią uprząż. Po pewnym czasie zbiera się w obrzęku ropa, która wchodzi w głąb mięśni i formuje gnilno - ropne zatoki. Z początku leczenia położyć okład z wody burowa pod ceratką, jeśli obrzęk nie zmniejszy się, przeciąć zdezynfekowanym nożykiem, ropę wypuścić i leczyć środkami odkażającymi rany.

Opoje na kopytach u młodych koni leczyć przez owinięcie, na miejscu opojów kawałkiem, płótna z roztartym na nim dziegciem brzozowym. Na to założyć 5 metrową opaskę, której nie zdejmować przez trzy dni. Na czwarty dzień zmienić opatrunek, lecz nogi nie bandażować przez dwa tygodnie, zwracając baczną uwagę, czy opoje się zmniejszają, czy też choroba robi postępy. Jeżeli leczenie nie daje dobrych wyników, puścić konia swobodnie na pastwisko najmniej na dwa tygodnie, przykładając mu jedynie stały plaster z roztartą ciepłą żywicą.

JAK DŁUGO ŻYJĄ ZWIERZĘTA I ROŚLINY?

Efemeryda	24 godz.
Chrabąszcz	6 tyg.
Motyl	8 „
Pchła	8 „
Mucha	4 mies.
Komar	6 „
Mrówka	1 rok
Świerszcz	1 „
Pszczoła	1 „
Chrabąszcz (larw.)	3 lata
Mysikrólik	3 „
Królik	3 „
Zając	5 lat
Baran	10 „
Żmija	12 „
Kot	13 „
Kura	14 „
Ślimak	14 „
Kuropatwa	15 „
Wilk	15 „
Pies	15 „
Żaba	15 „
Słowik	18 „
Skowronek	18 „
Gołąb	20 „
Czyżyk	24 „

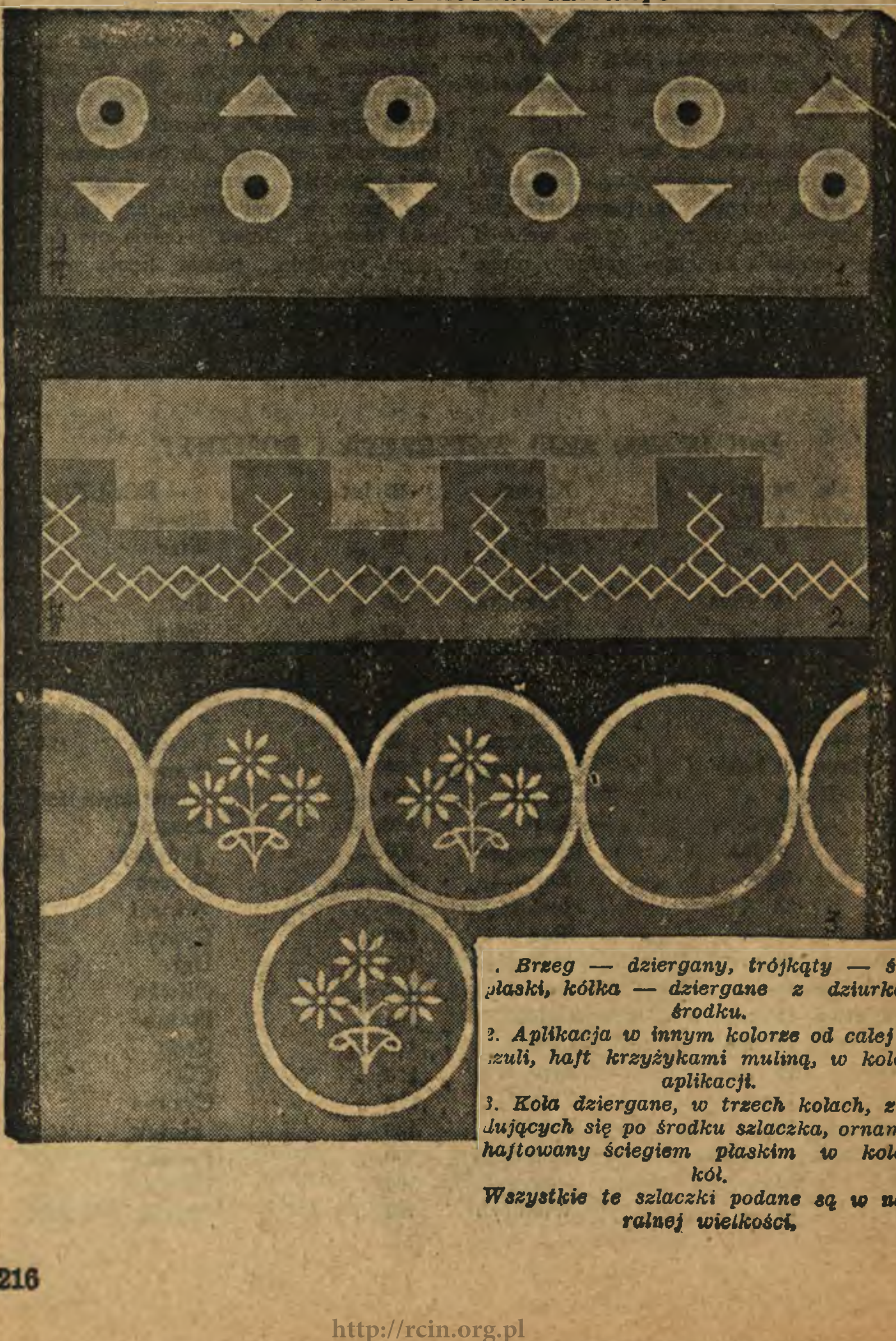
Krowa	25 lat
Wół	25 „
Świnia	25 „
Koń	27 „
Jaskółka	40 „
Jeleń	40 „
Bocian	40 „
Wielbłąd	40 „
Lew	40 „
Orangutang	40 „
Niedźwiedź	50 „
Czapla	50 „
Kruk	100 „
Szczupak	100 „
Karp	100 „
Jesiotr	100 „
Słoń	100 „
Łabędź	100 „
Puszczyk	100 „
Osioł	106 „
Orzeł	110 „
Sęp	120 „
Żółw	150 „
Sokół	160 „
Krokodyl	300 „
Papuga	300 „
Wieloryb	500 „

ROŚLINY:

Bluszcz	200 la
Wiąz	400 „
Akacja	400 „
Buk	500 „
Jodła	600 „
Modrzew	600 „
Pomarańcza	650 „
Kl n	650 „
Lipa	1200 „
Drzewo mamutowe	1500 „
Kasztan jadalny	1900 „
Orzech włoski	2000 „
Cyprys	2000 „
Dąb	2000 „
Oliwka	2000 „
Platan	2200 „
Cedr	3000 „
Cis	3000 „
Cyprys błotny	4000 „
Baobab	5500 „
Drzewo smocze	6000 „

e) Domowe roboty ręczne

Szlaczki do koszul dziennych



1. *Brzeg — dziergany, trójkąty — ścieg płaski, kółka — dziergane z dziurką w środku.*
2. *Aplikacja w innym kolorze od całej koszuli, haft krzyżykami muliną, w kolorze aplikacji.*
3. *Koła dziergane, w trzech kołach, znajdujących się po środku szlaczka, ornament haftowany ściegiem płaskim w kolorze kół.*

Wszystkie te szlaczki podane są w naturalnej wielkości.





Serwetka i poduszka

Haft kolorowy

na szarym płótnie

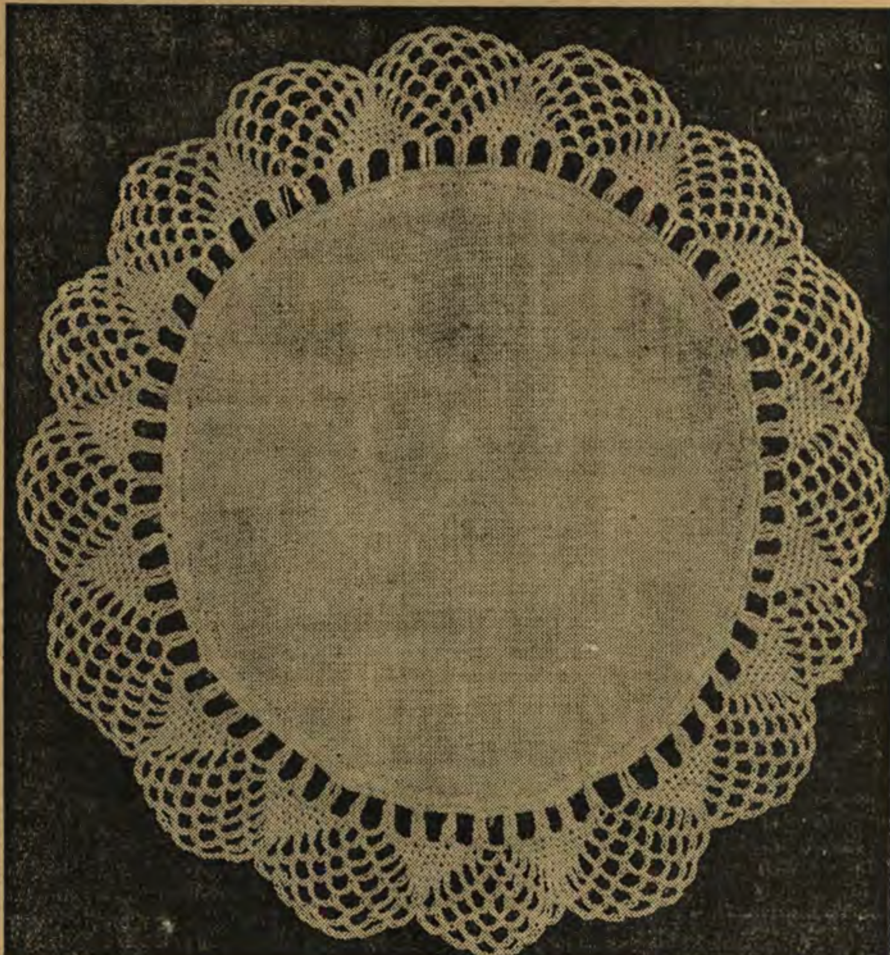
Na jednej stronie mają Panie całość kompozycji, na drugiej motyw naturalnej wielkości. Ściegi podane rysunkowo. Motyw jest trójbarwny np. granatowy, pomarańczowy, żółty — albo zielony, brązowy żółty — zresztą kombinacyj można robić niezliczoną ilość.

E. Kotwicz-Onichimowska.

Motyw haftu naturalnej wielkości do serwetki z poduszki na stronie obok.



Serwetka z koronką szydełkową



Materiał obrobiony półsłupkami, na nich drabinka z dwóch słupków wkłutych w jedno oczko (co piąte) i przedzielonych czterema oczkami łańcuszka. Na drabince robimy 7 rzędów koronki.

Rząd 1: 12 półsłupków na drabince, 4 ocz. łańc., 1 półsłup w okienko drabinki, 4 ocz. łańc i t. d.

Rząd 2: × 10 półsłup. na półsłup. pop. rzędu, 3 razy po 4 oczka łańcuszka (3 pętle) przedzielić półsłupkami pojedyczymi chwytanymi za pętle ×.

Rząd 3: × 8 półsł. 4 pętle z łańcuszka z 4 oczek przyczepić półsłupkami za pętlę pop. rzędu ×.

Rząd 4: × 6 półsłup., 5 pętli ×.

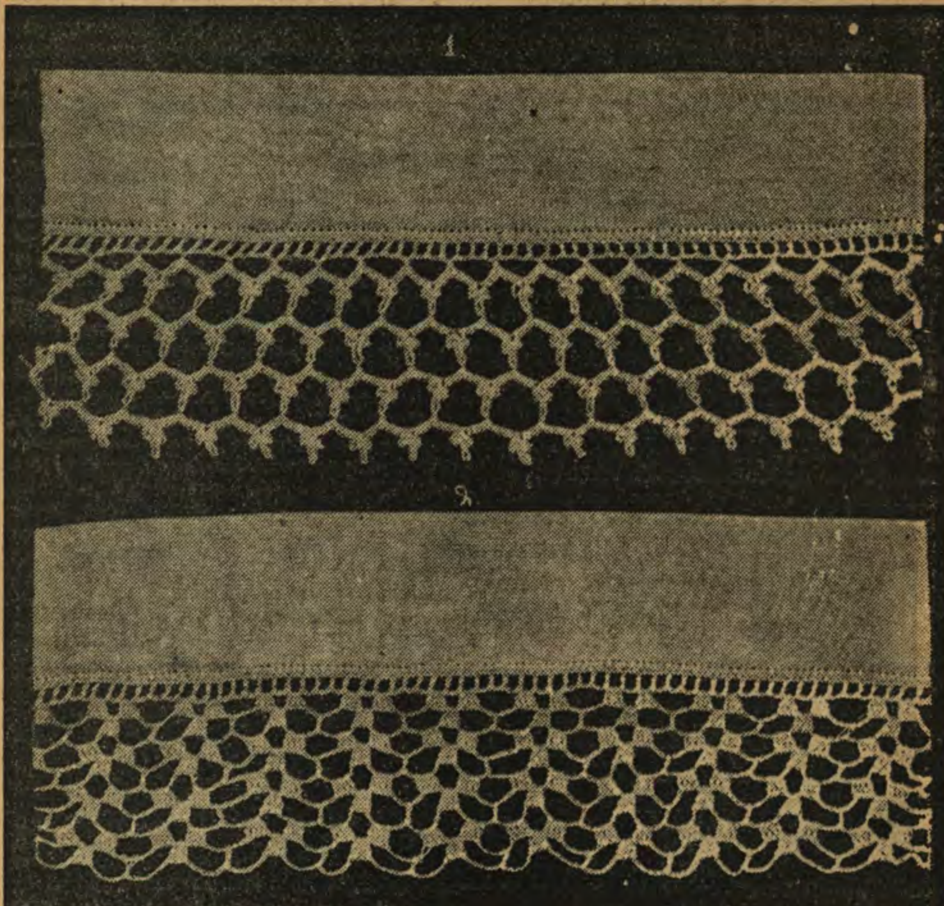
Rząd 5: × 4 półsłup., 6 pętli ×.

Rząd 6: × 2 półsłup., 7 pętli ×.

Rząd 7: Na każdym zębie sześć pętli z 4 oczek przyczepić półsłupkami za pętlę pop. rzędu. Kończyć ząb i zaczynać półsłupkami.

H. W.

Koroneczki szydełkowe do ręczników



Kordonek Nr 150, szydełko Nr 13.

WZÓR 1

Brzeg bielizny dziergamy półsłupkami.

Rząd 1: 2 oczka, słupek w trzeci półsłupek dziergania.

Rząd 2: 10 oczek, półsłupek w trzecią dziurkę.

Rząd 3: 4 półsłupki dziergane wokół pętli, 4 oczka półsłupkiem wpinamy w pierwsze oczko, 8 oczek, półsłupek w to samo oczko, 4 oczka, półsłupek w to samo oczko, 4 półsłupki dziergane.

WZÓR 2

Brzeg bielizny dziergamy półsłupkami.

Rząd 1: 2 oczka, słupek w trzeci półsłupek dziergania.

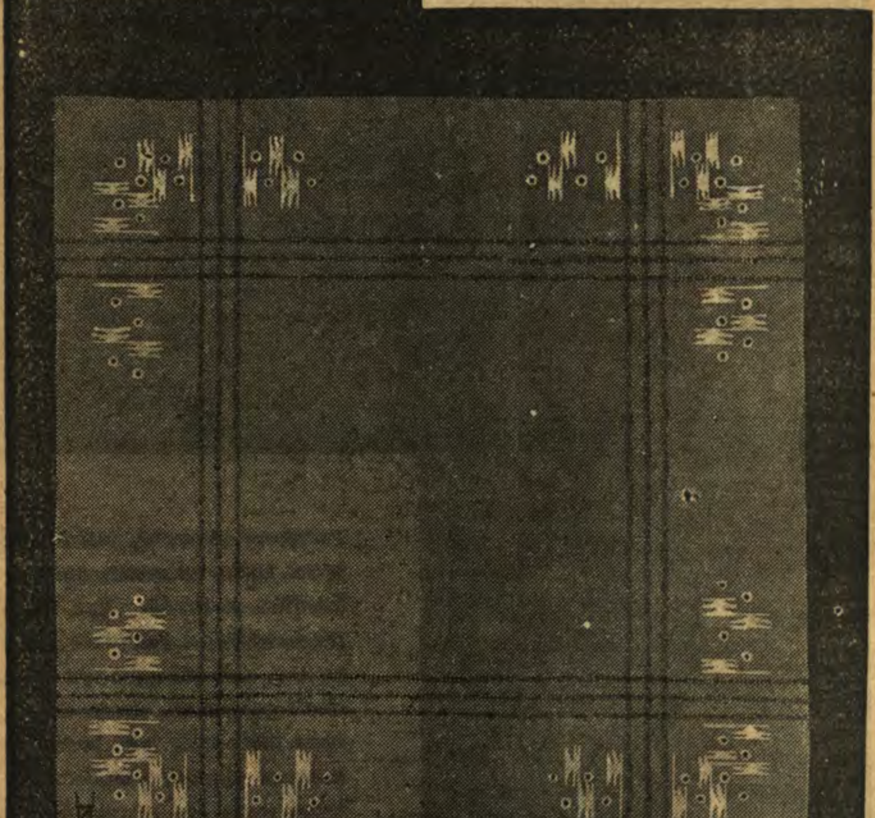
Rząd 2: 4 słupki w pierwszą dziurkę, 2 oczka, 4 słupki w drugą dziurkę, 8 oczek, 4 słupki w czwartą dziurkę.

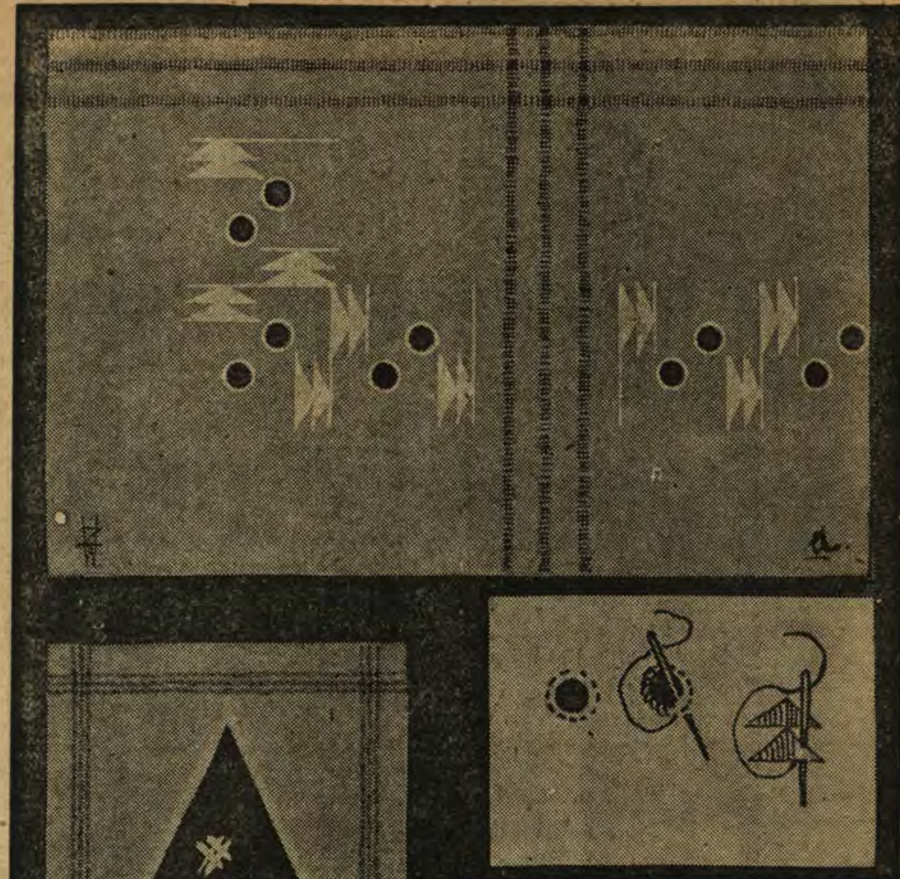
Rząd 3: 4 słupki w dziurkę między słupkami poprzedniego rzędu, 5 oczek, słupek w pętlę, 5 oczek.

Marwog.



Bielizna pościelowa






Podajemy poduszkę, jasiek i kopertę na kołdrę w zmniejszeniu z rozłożeniem motywów. Rys. a jest to fragment haftu (narożnik poduszki) w wiel. nat. Komplet ten robimy z cienkiego płótna, madapolamu, batystu lub opalu; haft białą muliną ściegiem płaskim i angielskim; mereżka może być zastąpiona drobnymi zakładkami.

Prawo na codzień

WEKSEL

Weksle są instytucjami, z którymi spotykamy się w życiu codziennym. Są one najłatwiejszym narzędziem kredytu, ułatwiają powszechny obrót, ale zarazem i stanowią ułatwioną drogę dla windykowania należności. O tym należy wiedzieć, wystawiając weksel.

Każda osoba podpisana na wekslu odpowiada solidarnie za zobowiązania wystawcy wekslu i to niezależnie od jego wypłacalności. Wierzyciel nie jest zobowiązany zwracać się uprzednio do głównego dłużnika o zapłatę, lecz może bezpośrednio wystąpić przeciwko poręczycielom lub indosantom. W razie niewykupienia wekslu w terminie należy sporządzić protest za pośrednictwem poczty lub notariusza. Zobowiązania z weksli przedawniają się w bardzo krótkim okresie czasu, bo po upływie 3 lat od dnia płatności w stosunku do wystawcy, przeciwko indosantom po 1 roku, zaś roszczenia indosantów pomiędzy sobą przedawniają po 6 miesiącach. Przedawnienie roszczeń wekslowych przerywają jedynie i wyłącznie: wytoczenie skargi do sądu, zgłoszenie roszczenia wekslowego w postępowaniu układowym, lub upadłościowym, uznanie piśmienne roszczenia wekslowego.

Po upływie powyższego przedawnienia wierzyciele mają jeszcze przeciwko wystawcy skargę z tytułu niesłusznego zbogacenia a to w ciągu 3 lat od dnia zgaśnięcia zobowiązania wekslowego. Jednakże skarga ta jest bardzo trudna do przeprowadzenia, nie podlega tzw. postępowaniu nakazowemu, oraz przysługują pozwanym wszelkie zarzuty przeciwko wierzycielom, niedopuszczalne w normalnym postępowaniu wekslowym.

Pozew z tytułu wekslu można wnieść do sądu drogą tzw. postępowania nakazowego. Jest ono znakomicie uproszczone. Sąd nie wyznacza terminu rozprawy, lecz wydaje nakaz, mocą którego poleca dłużnikowi zapłacić dług w ciągu 3 dni, lub też wnieść sprzeciw do sądu. Dopiero w razie wniesienia sprzeciwu przez dłużnika sąd wyznacza termin rozprawy ustnej, na której rozpatruje zarzuty stawiane wierzycielowi. Gdy dłużnik w terminie 3 dniowym nie wniesie sprzeciwu, nakaz staje się prawomocny i nie przysługuje przeciwko niemu już żaden środek, w toku zwykłego postępowania sądowego.

Opłaty sądowe w postępowaniu nakazowym są niższe, od normalnych opłat sądowych, gdyż wpis wynosi połowę stosunkowego wpisu sądowego. Do zł 5000 zwykły wpis 2% w postępowaniu zaś nakazowym 1%.

WYŁĄCZENIE RZECZY

Do bardzo częstych wypadków należy zajęcie rzeczy, należących do żony, za długi męża. W postępowaniu egzekucyjnym, komornik, lub władze skarbowe, przybywając do mieszkania dłużnika, opisują wszystkie znajdujące się tam ruchomości, uważając je, za należące do tej osoby, na której imię mieszkanie jest zapisane tj. najczęściej męża. Celem wyłączenia tych ruchomości spod zajęcia, a potem z licytacji należy w drodze pozwu żądać zwolnienia tych przedmiotów od egzekucji, udawadniając przy tym swe prawa do danych rzeczy. W pozwie takim powód winien przytoczyć wszystkie zarzuty które w tym czasie mógł zgłosić; w dalszym postępowaniu traci prawo korzystania z tych zarzutów, jeżeli ich nie zgłosił w pozwie. Sąd może na wniosek powoda, w drodze zabezpieczenia powództwa zawiesić postępowanie egzekucyjne.

OGRANICZENIE EGZEKUCJI

Spod postępowania egzekucyjnego wyłączone są pewne przedmioty, których sprzedaż nie przyniosłaby korzyści wierzycielowi a naraziła dłużnika na ruinę. Przede wszystkim nie podlegają egzekucji niezbędne dla dłużnika lub członków jego rodziny sprzęty domowe, pościel, bielizna, ubranie codzienne, następnie prawo wyłącza przyrządy używane z powodu ułomności przez dłużnika i członków jego rodziny, zapasy żywności niezbędne na okres jednego miesiąca przedmioty niezbędne do wykonania zawodu, pieniądze konieczne dla dłużnika dla utrzymania jego i rodziny przez okres 2 tygodni, ordery i oznaki honorowe, obrączki ślubne, papiery familijne, przedmioty mające służyć do pochowania zmarłego członka rodziny, przyzwoite obranie dla dłużnika pracującego umysłowo.

Również nie podlegają egzekucji uposażenia służbowe wpłacone na konto czekowe PKO., żołd niezawodowych podoficerów i szeregowców, stypendia na kształcenie się, należności z tytułu ubezpieczenia na wypadek choroby, wsparcie wyznaczone dłużnikowi dla poratowania jego lub jego rodziny z powodu choroby, śmierci lub innej klęski.

O ile chodzi o egzekucję z pensji, emerytur, rent itp. urzędników prywatnych i państwowych, wynagrodzenia robotników, to suma 100 zł miesięcznie jest zawsze wolna od zajęcia. Uposażenie od 100 zł do 1200 zł miesięcznie podlegają zajęciu w wysokości 1/5 a na zaspokojenie należności alimentacyjnych także w drugiej piątej części. Powyżej 1200 zł miesięcznie podlega zajęciu połowa całej nadwyżki, a na zaspokojenie należności alimentarnych również i druga połowa. Dochody te oblicza się wraz ze wszystkimi dodatkami i wartością świadczeń w naturze, lecz po potrąceniu podatków, składek emerytalnych i opłat publicznych.

SPRZEDAŻ NA RATY

Sprzedaż na raty następuje, gdy cena jest spłacana nie jednorazowo lecz w częściach czyli ratami, rzecz zaś wydana zostaje nabywcy przed całkowitym uiszczeniem zapłaty. Sprzedawca może zastrzec sobie prawo własności rzeczy do chwili otrzymania całej należności; może również zastrzec sobie natychmiastową wymagalność pozostałej do zapłacenia sumy, w razie niedotrzymania przez kupującego terminu płatności przynajmniej 2 rat (suma łączna tych rat przewyższać musi 1/5 całej umówionej ceny) — zastrzeżenie to jest jednak ważne tylko w tym przypadku, gdy było sporządzone na piśmie, zaś nabywca przy zawieraniu umowy otrzymał odpis tejże. W wypadku takiejże zaległości przysługują sprzedawcy, po wezwaniu kupującego do zapłaty oraz po wyznaczeniu mu dodatkowego terminu i zagrożenia zerwania umowy, prawo odstąpienia od umowy. Odebranie przez sprzedawcę rzeczy wydanej już kupującemu uważa się za odstąpienie od sprzedaży. Sprzedawca, który zastrzegł sobie prawo własności może odbierając rzecz żądać słusznego wynagrodzenia za zużycie jej lub zniszczenie. Należy natomiast zwrócić uwagę, że często spotykane zastrzeżenie, iż kupujący w razie niewykonania umowy traci prawo do już zapłaconych rat, jest nieważne. Roszczeń swych przeciwko kupującemu może sprzedawca dochodzić tylko przed sądem państwowym ogólnej właściwości.

UBEZPIECZENIA PRACOWNIKÓW UMYSŁOWYCH

Rozporządzeniem Prezydenta R. P. z 24 IX.27 roku zostały unormowane ubezpieczenia pracowników umysłowych na wypadek braku pracy, niezdolności do pracy, na wypadek śmierci, oraz na starość. Podlegają im wszyscy zatrudnieni na obszarze Rzplitej u innych osób pracownicy umysłowi, mający więcej niż 16 a mniej niż 60 lat. Za pracowników umysłowych uznane są osoby spełniające czynności administracyjne i nadzorcze, dziennikarze, artyści, personel lekarski, biuraliści, sprzedawcy i ekspedienci (o ile mają za sobą 6 klas szkoły ogólnokształcącej lub ukończoną szkołę zawodową), nauczyciele. Wyłączeni natomiast z tego obowiązku są urzędnicy państwowi (jak również przedsiębiorstw państwowych oraz Banków), samorządowi, wojskowi i duchowni. Obowiązek ubezpieczenia rozpoczyna się pierwszego dnia tego miesiąca, kiedy zajęcie objęto, a kończy się ostatniego dnia miesiąca ustania zajęcia. Uprawnienia do świadczeń pozostają w mocy przez 18 miesięcy po ustaniu obowiązkowego ubezpieczenia — w razie jednak niemożności znalezienia odpowiedniego zajęcia należy składać o tym zaświadczenia i wówczas czas pozostania bez pracy nie zostaje wliczony do tych 18 mie-

sięcy. Do wynagrodzenia, od którego oblicza się ubezpieczenie, wlicza się prócz miesięcznej płacy wszelkie inne zyski lub wynagrodzenia w naturze. Na wypadek braku pracy ubezpieczonemu zdolnemu do pracy a niemogącemu znaleźć odpowiedniego zajęcia, przysługuje po 6 miesiącach składkowych zasiłek, opłata składek za niego w wypadku choroby i zapomoga na podróż do miejsca, gdzie nową pracę otrzymał. Podstawą wymiaru zasiłku spowodu braku pracy jest przeciętna płaca podstawowa, w ciągu ostatnich 12 miesięcy składkowych — zasiłek zaś wynosi dla samotnych 30%, a dla utrzymujących rodzinę 40% tej płacy (w każdym razie nie mniej niż 30 zł miesięcznie). Prócz tego istnieje zasiłek rodzinny, wynoszący 10% zasadniczego zasiłku, przysługujący za każdego niezarobkującego a pozostającego na utrzymaniu ubezpieczonego członka rodziny tj. małżonka, dzieci i rodzeństwa (do 18 roku życia), oraz rodziców. Zasiłek ten należy się od dnia utraty zajęcia przez 6 miesięcy. Świadczenia emerytalne przewidują renty (inwalidzką, starczą, wdowią, sierocą), jednorazową odprawę dla osób, które nie zdążyły nabyć prawa do renty i zasiłek pogrzebowy dla osoby, która udowodni, że poniosła koszta pogrzebu ubezpieczonego. Prawo do renty inwalidzkiej osiąga pracownik niezdolny do wykonywania swego zawodu w wypadku, gdy jego zdolność do pracy obniżyła się do 50% przeciętnego poziomu. Prawo do renty starczej uzyskuje pracownica ubezpieczona po osiągnięciu 420 miesięcy składkowych i ukończeniu 55 lat życia. Do renty po ubezpieczonym, który w chwili swej śmierci otrzymywał rentę starczą lub inwalidzką, ma prawo wdowa, o ile małżeństwo nie było rozwiązane, lub wdowiec niezdolny do pracy, gdy ciężar utrzymania rodziny ponosiła żona. Dzieciom ślubnym i nieślubnym uprawnionym przysługuje do 18 roku życia (studiującym do 24) renta po ojcu lub matce, zależnie od tego, po kim byłaby wyższa. Wysokość renty inwalidzkiej rozpoczyna się od 40% zasadniczego uposażenia i wzrasta w miarę płacenia składek do 60%. Najniższa renta wynosi 50 zł miesięcznie. Renta starcza jest równa inwalidzkiej. Renta wdowia wynosi 3/5, sieroty niezupełnej 1/5, zupełnej 2/5 renty, przysługującej osobie ubezpieczonej. Prawo do renty wdowiej ulega zawieszeniu na czas trwania powtórnego małżeństwa, zaś traci się je przez pobranie przed powtórnym zamążpójściem odprawy (wynosi ona potrójną roczną rentę wdowią). Jednorazowa odprawa po 6 miesiącach składkowych wynosi sumę płacy podstawowej za okres 2 miesięcy i wzrasta po każdych 6 miesiącach składkowych o 1 miesiąc płacy. Ta sama wysokość odprawy należy się wdowie lub dzieciom. Składka na ubezpieczenie na wypadek braku pracy wynosi 2%, zaś emerytalna 8% płacy podstawowej, płatna jest miesięcznie z dołu w ciągu pierwszych 10 dniu miesiąca i koszta jej ponoszą zarówno pracownik jak i pracodawca.

NAJEM LOKALU. — EKSMISJA

Lokale mieszkalne w Polsce z punktu widzenia prawnego możemy podzielić na dwie kategorie: podlegające ustawie o ochronie lokatorów, oraz rządzone innymi przepisami prawnymi. Do pierwszej kategorii zalicza prawo mieszkania wybudowane do dn. 1.VII.1919 (na terenie b. Kongresówki i b. zab. pruskiego), do 28.VI.1914 (na terenie ziemi Wileńskiej), do 27.I.1917 (na terenie b. zab. austriackiego).

Mieszkania, znajdujące się w nieruchomościach wybudowanych po tych okresach, podpadają pod szczególne przepisy, wybitnie faworyzujące lokatorów. Przede wszystkim wysokość komornego za te lokale została ściśle przez prawo oznaczona: za podstawę czynszu służyć ma komorne płacone w czerwcu 1914 r. (t .zw. podstawowe komorne).

Właściciel domu obowiązany jest udowodnić wysokość komornego. Dowodem takim będzie w pierwszym rzędzie kwit za komorne, pochodzący z czerwca 1914 r., w braku tegoż zaświadczenie władzy podatkowej lub samorządowej o wysokości czynszu, wreszcie oględziny dokonane przez sąd. Jeżeli chodzi o b. zab. ros. to przerachowuje się komorne z rubli na złote w stosunku 1 rb = 2,66 zł. Np. komorne przedwojenne 30 rb przeliczamy na 79 zł 80 gr.

Właścicielowi domu oraz lokatorowi wolno zawrzeć na zasadzie wzajemnego porozumienia umowę, ustalającą komorne w innej wysokości. Umowa taka musi być zawarta na piśmie i to na okres czasu nie krótszy od roku. Nie może dotyczyć mieszkań do 4 pokojów włącznie.

Przy ustalaniu liczby pokojów, pomiesz-

[illegible] jak: przedpokoje, korytarze, łazienki, kuchnie, alkowy, pokoje służbowe, nie wlicza się do liczby pokojów mieszkalnych. Lokatorowi wolno płacić komorne w ratach miesięcznych, choćby nawet umowa zobowiązywała go do płacenia czynszu w innych terminach. Zapłata musi być uskuteczniona do rąk właściciela domu, administratora, dozorcy lub innej upoważnionej osoby, wreszcie za pośrednictwem poczty. Ten ostatni sposób ma ważne znaczenie, gdy gospodarz odmawia przyjęcia zaofiarowanego komornego.

Oprócz komornego właściciel domu może żądać osobnego wynagrodzenia za oświetlanie, ogrzewanie i ciepłą wodę z własnych urządzeń centralnych, według rzeczywistych kosztów, przypadających na dane pomieszczenie.

Prawo wyraźnie zabrania zawierania umów o tzw. odstępne, polegające na tym, że nowy lokator za to, że jego poprzednik opuści lokal, płaci mu pewne wynagrodzenie. Umowy takie są nieważne, wolno po ich zawarciu żądać zwrotu zapłaconej sumy, jednakże w b. krótkim terminie, bo nieprzekraczającym 6 miesięcy.

Ustawa ogranicza właściciela domu w możności wypowiedzenia umowy najmu, przewidując dlań to prawo jedynie z ważnej przyczyny. Taką ważną i uzasadnioną przyczynę będzie stanowić: 1) zaleganie pomimo upomnienia z zapłatą conajmniej 2 następujących po sobie rat komornego, 2) uporczywe i rażące przekroczenie porządku domowego, nieprzyzwoite zachowanie się, 3) podnajem lokalu osobom trzecim bez zgody właściciela domu, 4) podnajem lokalu za wynagrodzeniem nadmiernym w porównaniu z płaconym komornem.

Pod pojęcie poważnego zakłócenia porządku domowego zaliczamy: zanieczyszczenie sieni, podwórza, schodów, nieuszanowanie spokoju nocnego, wywoływanie awantur, częste rąbanie drzewa w mieszkaniu. Lokator odpowiada za zachowanie się osób przez niego do mieszkania przyjętych, a więc np. za służbę, sublokatorów.

Lokator może przyjąć sublokatorów jedynie za zezwoleniem gospodarza.

Mieszkania, wybudowane po terminach (1914—1917) przewidzianych wyżej, nie podlegają ustawie o ochronie lokatorów. Czynsz w. tych mieszkaniach może być dowolnie oznaczony przez gospodarza, który również może wypowiedzieć lokal.

Wreszcie wszystkich lokatorów obowiązuje dokonywanie drobnych napraw w mieszkaniach, podczas gdy większe przeróbki i reperacje dokonywa gospodarz.

MAŁŻEŃSTWO

Małżeństwo jest to umowa cywilna i uroczysta na mocy której mężczyzna i kobieta łączą się ze sobą celem wspólnego pożycia, oraz zapewnienia sobie wzajemnej pomocy i opieki. Obowiązujące w b. Król. Kongresowym przepisy, dotyczące małżeństwa, wysuwają na plan pierwszy pierwiastek religijny i traktują odrębnie małżeństwo każdego wyznania. Instytucją poprzedzającą małżeństwo są zaręczyny czyli wzajemna obietnica wstąpienia w związek małżeński. Aczkolwiek jest to obietnica, nie mogą być jednak nigdy narzeczeni zmuszeni do zawarcia przyrzeczonego małżeństwa, natomiast osoba, nie dotrzymująca przyrzeczenia bez powodów słusznych, obowiązana jest stronie przeciwnej wynagrodzić poniesione koszty i straty. W tym przedmiocie istnieje jeszcze jeden przepis specjalny, stanowiący, że jeśli niewiasta zaszła w ciążę z mężczyzną, który po zaręczynach wzbrania się zawrzeć małżeństwo, zaręczony obowiązany będzie dostarczyć w każdym przypadku alimenty dziecku, zaś niewieście, gdyby nie miała własnego dostatecznego majątku. Obowiązek utrzymywania takiego dziecka ciąży na ojcu bez względu na to, czy dziecko tego potrzebuje, jest to bowiem rodzaj odszkodowania.

Małżeństwo pomiędzy osobami wyznającymi religię rz.-katolicką może być zawarte tylko w obliczu kościoła, zgodnie z przepisami religijnymi i kończy się jedynie ze śmiercią jednego z małżonków. Z reguły zaślubiny winny być dopełnione wobec proboszcza narzeczonej — istnieją jednak od tego pewne wyjątki.

Dla wstąpienia w związek małżeński niezbędna jest zdolność osobista. Najważniejszymi przyczynami wyłączającymi ją są: brak wieku przepisanego i choroba umysłowa. Mężczyzna przed ukończeniem lat 18, a kobieta 16 nie mogą zawrzeć małżeństwa. Do 21 zaś roku życia potrzebne jest zezwolenie rodziców lub opiekunów, przy czym rodzice mają prawo częściowego wydziedziczenia dzieci, które zawarły małżeństwo bez ich zgody. Osoby cierpiące na stałą chorobę umysłową nie mogą oświadczyć ważnego zezwolenia na zawarcie związków małżeńskich. Osoby ulegające

atakom obłąkania mogą zawrzeć ważnie małżeństwo tylko w chwili wolnej od obłąkania.

Obok zdolności osobistej drugim warunkiem niezbędnym do zawarcia małżeństwa jest wzajemne zezwolenie stron. Zezwolenie to powinno być wyraźne i nienastręczające żadnych wątpliwości. Wadami zezwolenia są: przymus i błąd. Przymus zachodzi, skoro jedna ze stron skłoniona była do zawarcia związków małżeńskich przez pogróżki, którym się oprzeć nie była w stanie i które czynione jej były w ten sposób, iż mogły zastraszyć osobę nietrwożliwą. Błąd może zachodzić co do tożsamości, lub co do osoby. Prawo małżeńskie zna 6 przeszkód, niedopuszczających do zawarcia małżeństwa:

1) różność religii — katolikom nie wolno zawierać ślubów z niechrześcijanami. Małżeństwo takie byłoby bezwzględnie nieważne.

2) nie można zawrzeć powtórnego małżeństwa, dopóki trwa poprzednie prawnie nieunieważnione. Osoba, która się stała winną wielożeństwa, nie może nawet po śmierci prawnego małżonka zawierać ślubów ze współsprawcą popełnionego przez siebie przestępstwa.

3) osoby, które w zakonie wykonały ślub czystości lub przyjęły wyższe święcenia duchowne, nie mogą zawierać ślubów małżeńskich.

4) cudzołóstwo połączone z morderstwem jednego z małżonków stanowi przeszkodę do małżeństwa między osobą, która się cudzołóstwa dopuściła i jej współsprawcą, takąż przeszkodę stanowi cudzołóstwo połączone z przyrzeczeniem pobrania się na przypadek śmierci niewinnego małżonka, jak również samo morderstwo współmałżonka lub też udział w morderstwie nawet bez cudzołóstwa.

5) Pokrewieństwo i powinowactwo w linii prostej pomiędzy wyszystkimi wstępnymi i zstępnymi, w linii bocznej zaś do czwartego stopnia kanonicznego włącznie stanowi przeszkodę do małżeństwa. Z wyjątkiem jednak pokrewieństwa w linii prostej i pokrewieństwa pomiędzy rodzeństwem władza duchowna udziela dyspensy. Tak samo przedmiotem dyspensy może być przeszkoda z tzw. pokrewieństwa duchowego, czyli powstającego przy chrzcie i bierzmowaniu, oraz z pokrewieństwa cywilnego, powstającego na tle przysposobienia czyli adopcji.

Forma zawarcia małżeństwa składa się z zapowiedzi oraz uroczystego oświadczenia zgodnej woli oblubieńców tj. z ślubu. Celem zapowiedzi jest, aby wszyscy mogli zawiadomić o przeszkodach tamujących małżeństwo. Zapowiedzi następują przez ogłoszenie ich z ambony w ciągu trzech następujących po sobie niedziel.

Ślub musi być dopełniony religijnie a więc w kościele, publicznie, w obecności przynajmniej dwóch świadków przez proboszcza parafii, w której jeden z przyszłych małżonków ma zamieszkanie. Za zamieszkiwanie uważa się pobyt w danej miejscowości od sześciu miesięcy. Jeśli ślub był dany przez niewłaściwego duchownego lub też bez obecności świadków, jest on nieważny.

W zasadzie małżeństwo dla katolików ustaje tylko przez śmierć jednego z małżonków. Istnieje jeszcze jednak wypadek wyjątkowy, gdy małżeństwo nie zostało spełnione fizycznie a jeden z małżonków wstępuje do zakonu i wykonywa tam ślub czystości; wolno wówczas małżonkowi, który do zakonu nie wstąpił, zawrzeć nowe związki małżeńskie.

Prócz rozwiązania małżeństwa przez śmierć lub wstąpienie do zakonu istnieje jeszcze instytucja unieważnienia małżeństwa. Prawodawca przyjmuje fikcję, że małżeństwo było zawarte nieważnie, a za tym w ogóle nie istniało. Powody nieważności można podzielić na trzy kategorie:

1) nieważności zwane publicznymi (różność wiary, wielożeństwo, śluby czystości, przestępstwo, pokrewieństwo lub powinowactwo, bardzo bliskie).

2) nieważności, od których obecnie można otrzymać dyspensę władzy duchownej (dalsze stopnie pokrewieństwa i niemoc fizyczna).

3) nieważności charakteru formalnego, a więc pochodzące z braku wyraźnej zgody stron, niewłaściwości proboszcza błogosławiącego małżeństwo lub niedostatecznej liczby świadków. Nieważność absolutna zachodzi tylko w wypadku nieważności pierwszej kategorii, w których to wypadkach zachodzi czyn występny bądź karny bądź religijny i dlatego nie może być mowy o trwaniu takiego związku małżeńskiego.

Ze skargą o unieważnienie mogą wystąpić same strony, prokurator lub władza duchowna. Wszystkie inne nieważności są względne i mogą być wyrzeczone tylko na

żądanie stron. Obok nieważności, której dochodzić mogą obie strony, istnieje nieważność specjalna, którą tylko na żądanie jednej ze stron wyrzec wolno, przyczynami jej są: brak lub wady zezwolenia na zawarcie małżeństwa albo też niemoc fizyczna.

Niezależnie od ustania małżeństwa, prawo zna ustanie pożycia małżeńskiego wskutek rozłączenia od stołu i łoża. Powodami takiego rozłączenia mogą być cudzołóstwo, ciężkie obelgi lub popełnienie zbrodni. Są to wypadki tzw. separacji spornej. Istnieje jednak również i rozłączenie wskutek wzajemnego zezwolenia.

Małżonkowie winni sobie na wzajem wierność, wsparcie, pomoc i przyzwoite postępowanie. Żona ma zasadniczo zamieszkanie swego męża, żona nosi nazwisko męża, jednak w czasie toczącego się postępowania o nieważność lub rozwiązanie małżeństwa może ona opuścić wspólne mieszkanie, zaś od uznania sądu zależy, czy i jakie alimenty mąż będzie obowiązany od tego momentu jej wypłacać. Z chwilą unieważnienia lub rozwiązania małżeństwa ustają wszelkie wzajemne prawa i obowiązki, a więc wspólnego pożycia, wierności, wsparcia, pomocy i przyzwoitego postępowania. Te same skutki pociąga za sobą separacja na czas nieograniczony z tą tylko różnicą, iż rozłączeni małżonkowie nie mogą zawierać nowych związków małżeńskich. We wszystkich tych wyżej wymienionych wypadkach żona zachowuje nazwisko męża. Tymczasowa opieka nad dziećmi w wypadku procesu o separację lub unieważnienie małżeństwa pozostaje przy mężu, może jednak sąd inaczej postanowić. Dzieci zrodzone z małżeństwa uznanego za nieważne zachowują prawa dzieci ślubnych, nawet gdyby oboje rodzice zawarli małżeństwo w złej wierze.

Małżeństwo między osobami wyznań ewangelicko-augsburskiego i reformowanego. Warunki zawarcia małżeństwa są identyczne z obowiązującymi w tej mierze w wyznaniu katolickim Forma zawarcia małżeństwa jest religijna. Wyznania protestanckie znają rozwód, przy czym przyczyny udzielenia rozwodu zostały podzielone na dwie kategorie. Pierwsza obejmuje cudzołóstwo i złośliwe opuszczenie małżonka. Osoby rozwiedzione i uznane za winne tych czynów nie mogą wstępować w nowe związki małżeńskie przez upływem lat sześciu od daty rozwiązania małżeństwa.

Druga obejmuje życie rozwiązłe jednego z małżonków, postępowanie gwałtowne, oraz przestępstwo — strona winna tych czynów musi zachować termin trzyletni pomiędzy rozwiązaniem poprzedniego związku a zawarciem nowego. Małżeństwo zawarte przed upływem tych terminów jest nieważne. Przyczyny rozwodu mogą być następujące: 1) cudzołóstwo, 2) złośliwe opuszczenie, 3) nieobecność jednego z małżonków, trwająca przeszło 5 lat, 4) niemoc fizyczna spełnienia powinności małżeńskiej, 5) choroba zaraźliwa i odrażająca, 6) pomieszanie zmysłów, 7) postępowanie gwałtowne i wzniecające obawę o życie współmałżonka, 8) udowodniony sądownie zamiar pozbawienia współmałżonka honoru, wolności, urzędu lub rzemiosła, 9) przestępstwo (zbrodnia). Należy zaznaczyć, że małżonek rozwiedziony z powodu cudzołóstwa nie może zawierać związków małżeńskich ze sprawcą popełnionego przezeń przestępstwa. Jest to jedyna przeszkoda znana wyznaniu protestanckiemu a nieznana katolickiemu. Opuszczona jest natomiast przeszkoda ślubów zakonnych i święceń kapłańskich, oraz przystojności publicznej. Przy udzielaniu rozwodu położono nacisk na to, aby władza duchowna, udzielająca go, zawsze starała się poprzednio użyć swej powagi i wszelkich argumentów, mogących doprowadzić do pojednania się małżonków. Znane jest również kościołowi ewangelickiemu unieważnienie małżeństwa, zachodzi ono w wypadku zawarcia małżeństwa mimo przeszkód.

Małżeństwa tzw. innowierców podlegają przepisom właściwego wyznania, a jedynie jurysdykcja w stosunku do nich oddana została sądom cywilnym. We wszystkich wyznaniach obowiązuje przeszkoda wieku, różności religii, wielożeństwa, cudzołóstwa.

PRZYSPOSOBIENIE

Instytucja przysposobienia ma na celu ułatwienie osobom samotnym przybrania dzieci, stwarza ona między dwiema osobami stosunki, podobne do tych, jakie zachodzą między ojcem lub matką a ich dzieckiem prawym. Przysposobienie bywa zwykłe, wynagradzające oraz testamentowe.

Do przysposobienia zwykłego (najczęściej zresztą spotykanego) wymagane są tak ze strony przyspasabiającego jak i przysposobionego pewne warunki. Ze strony przyspasabiającego: 50 lat skończonych,

wiek starszy od przysposobionego przynajmniej o lat 15, bezdzietność, opiekowanie się nad przysposobionym przynajmniej w ciągu 3 lat podczas jego małoletności, zgoda współmałżonka, wreszcie jak kodeks powiada „dobra sława".

Przysposobiony: musi być pełnoletni, oraz musi uzyskać zezwolenie rodziców, gdy nie ma 25 lat skończonych. Forma aktu przysposobienia jest uroczysta. W postępowaniu mamy trzy stadia: zeznanie aktu przysposobienie przed notariuszem, zatwierdzenie aktu przez Sąd Okręgowy i Sąd Apelacyjny, a wreszcie wpisanie wzmianki o przysposobieniu do aktu ksiąg stanu cywilnego, wniosek winien być złożony Sądowi Okręgowemu w ciągu 3 miesięcy od chwili zeznania aktu przysposobienia.

Przysposobienie wynagradzające może mieć miejsce w tym tylko przypadku, mianowicie kiedy przysposabiany uratował życie przyspasabiającemu z niebezpieczeństwem własnego. Ma ona wtedy charakter odwzajemnienia za doznaną od przysposabianego usługę. Ten rodzaj przysposobienia zwolniony jest od niektórych warunków wymaganych w przysposobieniu zwykłym.

Najważniejsze skutki przysposobienia są następujące: do nazwiska przysposobionego zostaje dodane nazwisko przyspasabiającego, przysposobiony i przyspasabiający mają na wzajem względem siebie obowiązek dostarczania alimentów, przysposobiony ma prawo do spadku po przyspasabiającym i to takie samo, jakieby miały jego dzieci prawe, przysposobienie stanowi przeszkodę do zawarcia małżeństwa.

OPIEKA DOBROWOLNA

Jest to instytucja pomocnicza i przejściowa do przysposobienia. Osoba pragnąca kogoś adoptować, winna uprzednio w ciągu 3 lat małoletności swego przyszłego pupila za darmo wychowywać i utrzymywać. Warunki dla powstania opieki dobrowolnej są następujące: ze strony osoby mającej zostać dobrowolnym opiekunem: 60 lat skończonych, bezdzietność i brak zstępnych prawych, zgoda współmałżonka. Ze strony zaś pupila: wiek niższy niż lat 18, zgoda rodziców lub rady familijnej. Ustanawia się opiekę dobrowolną przez złożenie odpowiedniego oświadczenia przed właściwym sędzią grodzkim.

MAJĄTEK DZIECKA

Względem majątku dziecka uprawnienia rodziców obejmują: prawo zarządu i użytkowania. Zarząd majątkiem dziecka przysługuje ojcu. Dzieci w czasie małoletności są niezdolne do zarządzania swym majątkiem, zawierania umów cywilnych, obrony swych praw. Użytkowanie majątku dzieci polega na pobieraniu dochodów z majątku tego, bez obowiązku wyliczenia się z nich, a natomiast na konieczności ponoszenia ciężarów i wydatków związanych z użytkowaniem. Użytkownik odpowiada tylko za istotę majątku, tzn. winien oddać tylko tyle, ile otrzymał. Spod użytkowania wyłączone są: majątek nabyty przez dziecko jego oddzielną pracą i przemysłem, majątek darowany lub zapisany dziecku testamentem z wyraźnym zastrzeżeniem, że ojciec i matka nie mogą majątku tego użytkować, majątek nabyty przez dzieci własnym prawem dziedziczenia wskutek niegodności rodziców do otrzymania spadku.

W zamian za przywilej użytkowania na majątku dzieci winien ojciec ponosić następujące ciężary: żywienia, utrzymania i wychowania dzieci, opłatę procentów od kapitałów, czynszów, podatków, oraz innych periodycznych należności. Ustaje użytkowanie w razie nadużycia użytkowania, dojścia dziecka do pełnoletności, odjęcia władzy rodzicielskiej lub usamowolnienia dziecka (np. przez zawarcie małżeństwa).

ZAMIESZKANIE

Zamieszkanie jednostki ma ważne znaczenia wobec prawa. Ma ono znaczenie zasadnicze ze względu na: odbieranie wszelkich zawiadomień i pism sądowych, określenie właściwości sądu, wykonywanie określonych praw, ogłoszeń (np. zapowiedzi). Zamieszkanie każdego Polaka jest w miejscu, w którym ma główne siedlisko. Stanowi to tzw. zamieszkanie rzeczywiste. Oprócz tego znamy tzw. zamieszkanie ustawowe, podlegające na domniemaniu, iż pewna osoba zamieszkuje w ustalonym miejscu. Takie zamieszkanie ma przede wszystkim mężatka (w miejscu zamieszkania męża swego). Jednakże może ona mieć odrębne miejsce zamieszkania, jeżeli zamieszkanie męża jest nieznane, albo jeżeli jest uprawniona mieszkać oddzielnie. To ostatnie zachodzi wtedy, gdy jest separowana, rozwiedziona lub też z chwilą wszczęcia procesu separacyjnego albo roz-

wodowego. Ponadto małoletni ma zamieszkanie u ojca, matki lub opiekuna.

Zamieszkanie spadkodawcy jest miejscem otwarcia spadku, ponadto doręczanie zawiadomień i aktów, dokonane w obranym zamieszkaniu, jest ważne i osoba, do której są skierowane, nie może zasłonić się ich nieznajomością.

SPROSTOWANIE AKT STANU CYWILNEGO

Sprostowanie akt stanu cywilnego w wypadku pomyłek lub fałszów następuje jedynie w drodze sądowej a nie administracyjnej. Sprawa przechodzi przez instancje jak zwykła sprawa cywilna. Sąd orzeka po wysłuchaniu wniosku prokuratora, przy czym może zarządzić zwołanie rady familijnej, gdy uzna to za potrzebne. Również prokurator może żądać sprostowania akt stanu cywilnego, gdy tego wymaga interes państwowy. W razie decyzji przychylnej zostaje ona złożona urzędnikowi stanu cywilnego, celem wniesienia sprostowania właściwej księgi.

MAŁOLETNOŚĆ

Małoletnim jest każda osoba, która nie ma jeszcze ukończonych 21 lat. Małoletni jest w swych prawach ograniczony i może korzystać tylko z następujących uprawnień: 1) z pewnemi ograniczeniami może sporządzać testament, 2) wolno mu zawrzeć małżeństwo a nawet zeznać umowę przedślubną, 3) może być opiekunem własnego dziecka, 4) może zapisać hipotekę na majątku swego opiekuna, 5) nie każda umowa przez małoletniego zawarta jest z samego prawa nieważna; unieważnienie niektórych tylko następuje jedynie w przypadku pokrzywdzenia małoletniego.

W pewnych wyjątkowych okolicznościach prawodawca uważał za właściwe odstąpić od ogólnych przepisów w stosunku do małoletniego i nadać mu wcześniej uprawnienia, które w zasadzie dopiero pełnoletniość zapewnia. Jest to tzw. emancypacja czyli usamowolnienie które ma na celu uwolnienie nieletniego spod władzy rodzicielskiej, lub opieki, przyznanie mu obok praw osobistych, pewnej zdolności działania w stosunku do posiadaczy majątku. Usamowolnienie następuje przez wstąpienie nieletniego (za zgodą rodziców lub opiekunów) w związki małżeńskie albo też przez oświadczenie złożone przez ojca lub matkę przed odpowiednim urzędem. W obu wyżej podanych wypadkach usamowolnienie może nastąpić już po ukończeniu 15 lat przez małoletniego (gdy opiekunem nie jest jedno z rodziców — rada familijna może dokonać usamowolnienia małoletniego, dopiero gdy ukończy 18 lat życia).

Małoletni musi mieć kuratora, który czuwa nad jego czynnościami.

Władzami opiekuńczymi nad nieletnim są: opiekun główny, opiekun przydany, rada familijna oraz Sąd Okręgowy jako organ nadzorczy.

Czynności opiekuna głównego pełnią ojciec lub matka; w razie śmierci obojga rodziców opiekun przez nich obrany, w braku zaś takiego wstępni a gdy i ich nie ma rada familijna.

W czasie trwania małżeństwa, gdy ojciec został ubezwłasnowolniony, uznany za zniknęłego lub zawieszony w używaniu praw cywilnych, opieka przechodzi z samego prawa na matkę, ubezwłasnowolnienie matki natomiast nie pociąga za sobą ustanowienia opieki, ojciec bowiem nie przestaje wówczas wykonywać władzy rodzicielskiej ze wszystkimi do niej przywiązanymi atrybucjami. Takie rozróżnienie stanowiska ojca i matki, z uprzywilejowaniem ojca, jest tym istotniejsze, że w czasie trwania małżeństwa ten ostatni wyłącznie zarządza majątkiem swych nieletnich dzieci.

Poza powyższymi wyjątkowymi przypadkami, opieka ustanowiona została przede wszystkim po rozwiązaniu małżeństwa przez śmierć lub uznanie za zmarłego jednego z małżonków. Pozostały przy życiu współmałżonek staje się z samego prawa opiekunem dzieci. Między opieką matki i ojca zachodzą pewne różnice. Matka może się zawsze opieki zrzec, może być poddana pewnej kontroli przez ojca z góry ustanowionej (polega ta kontrola na wyznaczeniu jej doradców — wyznaczenie to nastąpić musi przez testament ojca lub akt urzędowy), w wypadku, gdy w chwili śmierci męża jest brzemienna, musi być mianowany kurator ciąży (o ile tego zaniedba, zostaje pozbawiona opieki nad zrodzonem dzieckiem), może być pozbawioną opieki w razie wstąpienia w powtórne związki małżeńskie. (Ojciec zawierający powtórne małżeństwo zawsze opiekunem pozostaje). Ten ostatni wypadek wymaga bardziej szczegółowego omówienia. Przed zawarciem małżeństwa musi matka postarać się o zwołanie rady familijnej, która orzeknie czy mimo wyjścia za mąż może ona być

nadal opiekunką, w razie zgody rady familijnej, nowy mąż staje się współopiekunem. Gdyby zaś wyszła za mąż nie zwoławszy rady familijnej, traci prawo do opieki. Po rozwodzie lub separacji opieka należy się ojcu, gdy jest stroną niewinną, matce, gdy ojciec jest winny a ona uznana za stronę niewinną; gdy oboje są winni, o opiece decyduje rada familijna. W chwili wdrożenia sprawy rozwodowej, opieka zasadniczo należy do ojca, zawsze jednak Sąd ze względu na dobro dzieci, może orzec inaczej. W wypadku uznania małżeństwa za nieważne, opieka przysługuje temu z rodziców, które w dobrej wierze małżeństwo zawarło, jeśli zaś oboje byli w dobrej wierze — do ojca, jeśli oboje w złej — do żadnego z nich. Ojcu a także i matce zdolnej do opieki, służy prawo obrania w testamencie na przypadek swej śmierci opiekuna dla swych dzieci, w wypadku jeśli drugi współmałżonek nie żyje lub jest do opieki niezdolny (od 1 lipca 1921 roku takim opiekunem może być również kobieta). W braku opieki ustawowej ojca lub matki lub też opieki przez nich nadanej, powołuje się z samego prawa do władz opiekuńczych wstępnych z pierwszeństwem dla linii ojcowskiej. Opiekę sprawować mogą wstępni obojga płci, a więc zarówno dziadkowie jak i babki. Gdy dziecko małoletnie pozostaje bez rodziców, opiekuna przez nich wymienionego lub żyjących wstępnych, opieka należy do rady familijnej. Zwołuje ją sąd grodzki miejsca ostatniego zamieszkania małoletniego. W skład jej wchodzą: sędzia, najbliżsi krewni (po połowie z linii ojczystej i po połowie z linii macierzystej), w braku tych, powinowaci lub przyjaciele — w liczbie sześciu, powołani przez sąd. Przewodniczący na radzie sędzia ma głos decydujący, w razie różności zdań. Rada familijna przede wszystkim mianuje opiekuna głównego, a to w tych wypadkach, gdy nie ma ani opiekuna z prawa ani też z ustanowienia przez któregokolwiek z rodziców. Mianuje zawsze opiekuna przydanego i do niej należy usuwanie od sprawowania obowiązków opiekuna głównego oraz opiekuna przydanego. Poza temi sprawami osobowymi, kompetencje rady familijnej mają związek ze sprawami majątkowymi pupila. Gdy ojciec lub matka pełnią rolę opiekuna, prawa rady w dziedzinie majątkowej są mniejsze, jednak zawsze sprawy sprzedaży nieruchomości, pożyczek, przyjęcia lub zrzeczenia się spadku należy do rady familijnej. W każdej opiece oprócz opiekuna głównego istnieje opiekun przydany, który ma za zadanie kontrolę nad czynnościami opiekuna głównego i zastępstwo w prowadzeniu opieki, gdy zachodzi sprzeczność między interesem nieletniego a interesem opiekuna głównego. Opiekuna przydanego mianuje rada familijna. Mężatki nie potrzebują zezwolenia męża na przyjęcie obowiązków opiekuna przydanego.

Opiekun przydany winien również donosić radzie o wszelkich szkodliwych dla małoletniego działaniach opiekuna głównego. Od przyjęcia opieki może kobieta (nawet matka) zawsze się wymówić, zaś każda inna osoba, gdy jest chora, ma 65 lat skończonych, sprawuje urząd publiczny lub ma pięcioro własnych dzieci. Nie mogą zaś pełnić opieki: małoletni, ubezwłasnowolnieni, zakonnicy, cudzoziemcy w stosunku do Polaków i przestępcy zawieszeni w używaniu praw cywilnych, wreszcie osoby, których interesy są sprzeczne z interesami małoletniego. Poza tym może rada familijna uznać za niezdolną do sprawowania opieki osobę znaną ze złych obyczajów. Wykonywanie obowiązków opiekuna głównego sprowadza się do trzech rodzajów czynności a) pieczy nad osobą małoletniego — jeśli pozostaje przy życiu jedno z rodziców, niepozbawionych wyraźnie władzy rodzicielskiej, to zachowuje ją nadal, a opiekun nie wykonywa w tym wypadku żadnych praw nad osobą pupila, a tylko nad jego majątkiem, b) zastępowanie małoletniego we wszystkich czynnościach cywilnych za wyjątkiem takich, które muszą być spełniane osobiście jak: świadczenie, zawarcie małżeństwa, sporządzenie umowy przedślubnej, uznanie dziecka nieślubnego, służba wojskowa.

Następnie małoletni może zaciągnąć prywatne zobowiązania, o ile jest handlującym, o ile pracuje, może rozporządzać zdobytym majątkiem swą pracą i przemysłem bez ograniczeń. Za zobowiązania, powstałe wskutek występków odpowiada małoletni sam.

Poza tymi czynnościami wszystkie inne mogą być wykonywane tylko przez opiekuna. Czynności dokonane przez małoletniego są unieważniane w zależności od tego, czy przyniosły one małoletniemu szkodę; c) zarząd majątkiem nieletniego. Przede wszystkim natychmiast po objęciu opieki musi zostać spisany inwentarz. Rada familijna wyznacza opiekunowi pewne nieprzekraczalne sumy na potrzeby pupila, jeżeli jednak opiekę sprawuję ojciec lub

matka, nie są ograniczeni przez radę familijną i wydatkują dochody według swego uznania, z obowiązkiem jedynie wyliczenia się co do substancji majątku.

Opiekun musi zdawać dokładne rachunki z opieki — coroczne i ostateczne (ojciec lub matka sprawujący opiekę zdają tylko rachunek ostateczny). Opiekun jest odpowiedzialny za wszelkie szkody i straty, jakieby dla małoletniego ze złego sprawowania opieki wyniknąć mogły.

Opieka nad dziećmi nieślubnymi.

Inaczej zupełnie przedstawia się sprawa opieki w odniesieniu do dzieci nieślubnych; pierwszeństwo do opieki ma matka. Rodzinę dziecka nieślubnego stanowi to z rodziców, które je uznało, i jeżeli dziecko przez jedno tylko z rodziców dobrowolnie uznane zostało, opieka z prawa do tegoż przyznającego należeć powinna; jeżeli uznanie nastąpiło przez oboje rodziców, opieka należy z prawa do matki, a po jej śmierci, albo gdyby opiekunką być nie mogła, do ojca. Matka dziecka nieślubnego nie może się od opieki wymówić. Zaznaczyć jednak należy, że wszystkie te przepisy odnoszą się do dzieci uznanych dobrowolnie — zaś w przypadku uznania przymusowego ojciec czy matka nigdy opiekunami z prawa tych dzieci nieślubnych nie są. Radę familijną zastępuje w stosunku do dzieci nieślubnych rada opiekuńcza, złożona z 6 osób znanych z dobroczynności. Rada opiekuńcza decyduje, czy w przypadku powtórnego zamążpójścia matki dziecka nieślubnego ma ona nadal pełnić opiekę.

MAJĄTKOWE STOSUNKI MIĘDZY MAŁŻONKAMI.

Zasady ogólne.

Prawodawstwo współczesne hołduje zasadzie, że przede wszystkim umowa reguluje stosunki majątkowe między małżonkami, a dopiero w braku umowy znaczenie mają przepisy ustawy. Rząd więc majątkowy małżeński jest bądź ustawowy, bądź też umówiony. Zasadniczo w systemie polskiego prawa cywilnego przyjęta jest swoboda zawierania umów w ogóle, a w szczególności umowy przedślubnej między małżonkami.

W razie niezawarcia umowy prawo przewiduje pewien system zasadniczy, zwany systemem wyłączności majątkowej. W praktyce zachodzi on i obowiązuje bardzo często, gdyż strony rzadko zawierają umowy przedślubne. Pochodzi to stąd, że szerszy ogół nie orientuje się w przepisach regulujących prawo majątkowe małżeńskie.

System ustawowy.

Najważniejszą jego cechą jest to, że każdy z małżonków pozostaje przy własności swego majątku. Istnieją przy tym trzy kategorie majątków: majątek męża, majątek żony, podlegający użytkowaniu męża oraz majątek żony, nie podlegający użytkowaniu męża.

Mąż jest obowiązany w czasie trwającego małżeństwa ponosić jego ciężary. W zamian za to do niego należy zarząd majątkiem żony, z którego zarówno jak i ze swego ma utrzymywać dom i rodzinę. Zarząd ten i użytkowanie rozciągają się tylko na to, co żona wniosła w chwili zawarcia małżeństwa.

Podlega mąż wszelkim obowiązkom ogólnym, jakie prawo nakłada na użytkownika. Jednakże przysługują mu pewne przywileje, a mianowicie nie jest on obowiązany spisać inwentarz ruchomości oraz opisać stan ruchomości żony, a ponadto nie potrzebuje składać zabezpieczenia (rękojmi), iż będzie dobrze użytkował oddane mu mienie. Prawa swego nie może jednak mąż ani sprzedać, ani darować, gdyż takie odstąpienie byłoby niezgodne z podstawowym obowiązkiem męża ponoszenia ciężarów małżeńskich.

W stosunku do majątku żony przysługuje mężowi prawo użytkowania, polegające na czerpaniu dochodów bez obowiązku składania sprawozdania z poczynionych wydatków. Jednakże nie wolno mężowi majątku tego uszczuplać, a więc własności żony sprzedawać, długów zaciągać, kapitały podnosić, wytaczać spraw sądowych w imieniu żony.

Wypuszczać w najem lub dzierżawę nieruchomości żony wolno mężowi z tym jednak zastrzeżeniem, że podpisane przez niego kontrakty obowiązują żonę i jej spadkobierców maksimum przez 3 lata, licząc od chwili ustania użytkowania mężowskiego. Jest to ograniczenie dla dzierżawców, którzy muszą się z nim liczyć, zawierając umowy.

Prawo użytkowania i zarządu majątkiem żony przez męża ustaje w razie śmierci jednego z małżonków, rozwodu lub separacji oraz w razie odjęcia mężowi w drodze sądowej tego zarządu i użytkowania. To ostatnie może mieć miejsce jedy-

nie wtedy, gdy mąż tak źle zarządza majątkiem żony, iż nie jest w stanie dostarczać ani jej, ani dzieciom odpowiedniego utrzymania. Odpowiedni wniosek winna żona postawić w drodze sądowej.

Żona posiada swój własny majątek, którym też sama zarządza. W poczet tego majątku wchodzą: pożytki z jej pracy pochodzące, zyski z oddzielnego handlu oraz zawodu, bielizna, odzież, sprzęty kobiece (nawet gdyby sprawione były za pieniądze męża), wreszcie wszystko co przybędzie żonie po zawarciu małżeństwa czy to drogą spadku, darowizny lub też jakimkolwiek innym sposobem.

Systemy umowne.

W umowach przedślubnych mogą przyszli małżonkowie określić swe wzajemne stosunki majątkowe zarówno na czas trwania małżeństwa, jak i na wypadek śmierci. Pełnoletni zawierają te umowy sami, małoletni w asystencji opieki. Umowa musi bezwzględnie zostać zawartą przed obrzędem małżeństwa, gdyż w przeciwnym razie jest nieważna. Jedyną osobą, wobec której wolno zawrzeć tę umowę, jest notariusz. Wreszcie wzmianka o zawarciu umowy przedślubnej musi być ujawniona w akcie małżeństwa. Kodeks nasz wreszcie przyjmuje jako zasadę niezmienialność oraz nieodwołalność intercyz. Po ślubie umowa nie może być zmieniona.

Jeżeli chodzi o systemy umowne to prawo, obowiązujące w b. Kongresówce, przewiduje trzy rodzaje ich: rozdzielność majątkową, rząd posagowy wreszcie wspólność majątkową.

System **rozdzielności majątkowej** polega na tym, że każdy z małżonków zachowuje własność swego majątku oraz jego zarząd i użytkowanie. W tym przypadku żona winna przykładać się również do ponoszenia ciężarów prowadzenia gospodarstwa domowego, mąż zaś może być upoważniony do administrowania jej majątku, lecz działa wtedy tylko jako zwykły pełnomocnik.

System **posagowy** polega na tym, że majątek wniesiony przez żonę w charakterze posagu podlega zastrzeżeniu niezbywalności i nie może zostać zbyty ani w całości ani w części nawet za zgodą żony. Odnosić się to zastrzeżenie może tylko do nieruchomości lub kapitałów hipotekowanych. Od tej zasady niezbywalności dóbr żony zostały uczynione dwa wyjątki, mające na celu zabezpieczenie dzieci: **1.** wolno żonie wyposażyć swe dzieci z poprzedniego małżeństwa za zezwoleniem męża lub sądu gdyby mąż odmawiał; **2.** może żona wyposażyć dzieci z ostatniego małżeństwa, jednakże tylko za zgodą męża.

Wreszcie system **wspólności majątkowej** polega na tym, że po śmierci jednego z małżonków majątek obu łączy się w jedną masę, zaś pozostały przy życiu małżonek staje się właścicielem połowy całości. Połowa ta nie jest jednak spadkiem, lecz stanowi dobro, przychodzące własnym prawem w posiadanie żyjącego małżonka.

Zarząd wspólności za życia stron należy do męża. Żonie przysługuje jednak prawo po śmierci męża uczynić wybór i albo przyjąć wspólność albo jej się zrzec. Będzie to dla niej korzystnym wtedy, gdy zmarły mąż nie pozostawił dużego majątku lub też pozostawił wprawdzie majątek, ale pozostający w niekorzystnym stosunku do jej własnego majątku.

Prawa spadkowe małżonków.

Prawa pozostałego przy życiu małżonka do spadku po współmałżonku zależą od tego, w zbiegu z kim przychodzi on do spadku.

1. **W zbiegu z dziećmi** — otrzymuje on wtedy taką część, jaka przypada na każde dziecko, licząc pozostałego przy życiu małżonka przy podziale spadku za jedno dziecko. Część ta jednak przypada małżonkowi nie na własność, a jedynie do użytkowania dożywotniego. Wreszcie prawo przewiduje pewien przywilej na rzecz małżonka, pozwalając mu na wybór przypadającej nań części. Przykład: X. umarł, pozostawiając żonę oraz 2 synów. Żona otrzymuje jedną trzecią część spadku na użytkowanie, synowie po jednej trzeciej na własność.

2. **W zbiegu z krewnymi do czwartego stopnia** — otrzymuje małżonek czwartą część spadku na własność. Przykład: po śmierci Y. została żona oraz brat; żona otrzymuje jedną czwartą część spadku na własność, zaś brat trzy czwarte również na własność.

3. **W zbiegu z krewnymi do dwunastego stopnia** — pozostały małżonek ma prawo do połowy spadku na własność. Przykład: Z. umarła, pozostawiając męża oraz kuzyna; w podziale otrzymuje mąż z kuzynem zmarłej po połowie spadku.

Powyżej opisany system dziedziczenia

zachodzi jedynie wówczas, gdy małżonek umiera, nie pozostawiając testamentu, w którymby zadecydował o swej woli w rozporządzaniu majątkiem. W testamencie może on jednak inaczej rozdzielić swe dobra z tym jednak zastrzeżeniem, że musi pozostawić współmałżonkowi pewną część majątku, która w ten sposób stanowi część t. zw. obowiązkową (legitymę). Legityma owa jest zmienna i zależy w każdym razie od tego, z kim współmałżonek przychodzi do spadku. Wynosi ona zasadniczo połowę tego, co z mocy prawa przypada małżonkowi pozostałemu przy życiu. Przykład: X. zostawia żonę i 2 córki; żonie z prawa należy się jedna trzecia część spadku na użytkowanie; mąż nie może jej w testamencie zapisać mniej niż jedną szóstą część spadku na użytkowanie.

Wreszcie wolno małżonkowi zapisać współmałżonkowi więcej niż prawo zezwala, ale również tylko w ten sposób, by nie skrzywdzić innych koniecznych spadkobierców, to jest dzieci oraz rodziców. O czym jednak będzie dalej w dziale o spadkach.

ALIMENTA.

Wzajemny obowiązek dostarczania alimentów ciąży na krewnych wstępnych i zstępnych oraz na rodzicach żony i męża, oraz zięciach i synowych. Inni krewni obowiązkowi alimentarnemu nie podlegają, w szczególności nie ma ustawowego obowiązku alimentarnego pomiędzy rodzeństwem. Alimenta winny być wypłacane stosownie do potrzeby osób uprawnionych oraz w stosunku do majątku osób zobowiązanych. Prawo nie ustala tu żadnych norm ustawowych lecz odsyła sędziego do zwyczajów, sytuacji społecznej stron, wychowania i obyczajów. Wyrok nakazujący płacenie alimentów nie jest niewzruszalny, lecz może ulec zmianie wraz ze zmianą okoliczności faktycznych, a zwłaszcza położenia majątkowego jednej ze stron.

Ustaje obowiązek alimentarny wtedy, gdy otrzymujący alimenty nie będzie już w możności je dostarczać. Sąd może również postanowić, by ojciec lub matka zwolnieni zostali od płacenia pensji alimentarnej dziecku, jeżeli zaofiarowali się dziecko przyjąć do swego mieszkania, żywić je i utrzymywać. Wraz z powtórnym małżeństwem jednej ze stron lub rozwodem ustają obowiązki alimentarne zięciów i synowych.

Podczas trwania procesu rozwodowego lub separacyjnego żona może wymagać płacenia jej od męża alimentów; o wysokości ich orzeka sąd cywilny. Sąd, wydając odpowiedni wyrok, nie bierze pod uwagę momentu winy (bo moment ten zostanie ustalony w odpowiednim wyroku sądu duchownego orzekającym rozłączenie), lecz faktyczne okoliczności sprawy. Dopiero alimenta zasądzane na przyszłość, po wyroku rozwodowym lub separacyjnym, zależą całkowicie od ustalonej w postępowaniu winy strony.

Dowody rodu dzieci prawych.

Pochodzenie prawe dowodzi się przede wszystkim przez akty urodzenia, wpisane do księgi akt stanu cywilnego. W braku aktu urodzenia, fakt prawości pochodzenia może być udowodniony przez ciągłe posiadanie stanu dziecka prawego, które polega na łącznym zbiegu okoliczności, wykazującym dostateczne pokrewieństwo między dzieckiem a rodzicami. Prawo wymienia przykładowo te okoliczności, jak np.: osoba nosi zawsze nazwisko ojca, ojciec postępował z nim jak z własnym dzieckiem, łożył na jego utrzymanie, wychowanie. Połączenie obydwóch dowodów pochodzenia: aktu i posiadania stanu jest tak silne, że nie może być obalone ani przez samo dziecko, ani przez trzecie osoby. W braku aktu urodzenia, ciągłego posiadania, albo gdyby dziecko wpisane było pod fałszywym nazwiskiem, bądź jakby zrodzone z ojca i matki nieznanych, dopuszczalny jest dowód ze świadków. Dopuszczalność tego dowodu zależna jest jednak od tego, by istniał początek dowodu na piśmie. Dowód ten przytem powinien pochodzić od takiej osoby, któraby miała interes w zaprzeczeniu prawości rodu.

Dzieci nieślubne.

Dzieckiem nieślubnym jest dziecko zrodzone poza małżeństwem. W interesie samych dzieci prawo przewiduje pewne sposoby uprawnienia ich, dążąc do zapewnienia im pewnej sytuacji życiowej. Uprawnienie to jest dobrodziejstwem prawnym, wskutek którego dziecko uważane jest za zrodzone w małżeństwie, chociażby było zrodzone z nieślubnego pożycia rodziców. Rodzice, mając dzieci zrodzone w nieślubnym związku, jeśli następnie zawierają związek małżeński, mogą dokonać uprawnienia przed zawarciem małżeństwa, przy

spisaniu aktu małżeństwa lub przez zapewnienie dzieciom ciągłego posiadania stanu dzieci prawych. Dzieci uprawnione korzystają z takich samych praw, jakieby im służyły, gdyby urodziły się w czasie małżeństwa.

Od uprawnienia dzieci nieślubnych prawo odróżnia inną instytucję t. zw. **uznanie**. Uznanie polega na tym, że oboje rodzice lub jedno z nich stwierdzają pochodzenia dziecka — ma wtedy miejsce t. zw. uznanie dobrowolne, lub też dziecko uzyskuje stwierdzenie swego pochodzenia w drodze akcji sądowej, — ma wtedy miejsce tzw. uznanie sądowe.

Uznanie dobrowolne może nastąpić bądź w akcie urodzenia, bądź w akcie notarialnym. Dzieci uznane uzyskują pewne prawa, ale tylko względem tego z rodziców, które je uznało.

Poszukiwanie ojcostwa jest zasadniczo zabronione, poszukiwanie macierzyństwa jest dozwolone. Dziecko, które poszukuje matki, winno dowieść, że jest tym samym, które matka urodziła. Dopuszczalne jest przytem badanie świadków.

Dziecku naturalnemu, choćby uznanemu, nie służą prawa dzieci prawych. Stanowisko prawne dzieci uznanych daje skutki w dziedzinie praw osobistych i majątkowych. W zakresie osobistym dziecko dostaje się pod władzę rodzicielską, uzyskuje prawo do nazwiska tego z rodziców, które je uznało.

W zakresie majątkowym dziecko może się domagać alimentów od rodziców, którzy je uznali. Rodzice ponoszą bowiem obowiązek utrzymania wszystkich dzieci. Dziecko nieślubne uznane korzysta z prawa spadkobrania po uznającym, nawet w zbiegu z dzieckiem prawym, lecz nie posiada praw spadkowych względem krewnych ojca i matki. Jego prawa spadkowe są ograniczone. Otrzymuje ono: 1. w zbiegu z dziećmi prawymi jedną trzecią część tego, coby otrzymało, gdyby było dzieckiem prawym; 2. w zbiegu z rodzeństwem rodziców lub wstępnymi rodziców połowę spadku; 3. w zbiegu ze wszystkimi innymi krewnymi rodziców — trzy czwarte spadku.

DAROWIZNY.

Darowizna polega na tym, że darujący obowiązuje się dokonać kosztem swego majątku bezpłatnego przysporzenia majątkowego na rzecz osoby obdarowanej. Wolno darować osobie trzeciej zarówno przyszły jak i obecny majątek, całość jego lub też tylko część. Prawo nie przewiduje dla darowizny specjalnych form, jedynie tylko w tym przypadku, gdy darowizna oraz wydanie przedmiotów darowanych nie następuje jednocześnie, ustawa wymaga aktu notarialnego. Wreszcie formy notarialnej wymaga zawsze darowizna nieruchomości zgodnie zresztą z ogólną zasadą przewidującą, że cały obrót prawny nieruchomościami może się odbywać jedynie w drodze aktów urzędowych.

Darczyńca może obciążyć obdarowanego obowiązkiem spełnienia oznaczonego świadczenia. Po wydaniu przedmiotów darowizny może domagać się od obdarowanego spełnienia świadczenia, przy czym uprawnienie to przechodzi na spadkobierców darczyńcy. Wreszcie jeżeli spełnienie świadczenia leży w interesie publicznym, spełnienie świadczenia może żądać po śmierci darczyńcy właściwa władza.

W zasadzie darowizna jest nieodwołalna. Od tej klauzuli generalnej prawo przewiduje jedyny wyjątek, a mianowicie przypadek niewdzięczności obdarowanego. Niewdzięczność ta polegać może na popełnieniu czynu, stanowiącego przestępstwo, lub na ciężkim naruszeniu obowiązków rodzinnych. Prawo do odwołania darowizny gaśnie w razie śmierci obdarowanego oraz w przypadku gdy darczyńca przebaczył obdarowanemu. Wreszcie prawo do odwołania gaśnie w ciągu roku od chwili gdy uprawniony do odwołania dowiedział się o niewdzięczności obdarowanego.

Kurator lub opiekun osoby ubezwłasnowolnionej lub marnotrawnej może wystąpić o odwołanie darowizn zdziałanych przez tę osobę przed jej ubezwłasnowolnieniem, o ile darowizny te ze względu na wartość darowanego przedmiotu i brak poważnych pobudek były nadmierne. Unieważnienia darowizny nie można dochodzić sądownie po upływie 2 lat od chwili jej wykonania.

Obdarowany jest zobowiązany do dostarczania alimentów darczyńcy, o ile ten ostatni po wykonaniu darowizny wpadnie w niedostatek. Obdarowany nie jest jednak obowiązany płacić z tego tytułu więcej, niż wynoszą ustawowe odsetki od wartości zbogacenia.

Zaznaczyć należy, że aczkolwiek nikt nie jest ograniczony w możności darowania przedmiotów wchodzących w skład jego majątku, jednakże po śmierci darczyńcy akty te mogą zostać przez spad-

kobierców unieważnione, o ile darowiznami przekroczył zmarły część rozrządzalną majątku, a pozbawił tym samym tzw. spadkobierców koniecznych przypadającego im z mocy samego prawa udziału.

TESTAMENTY.

Każdy testament winien być sporządzony w akcie oddzielnym.

Testamentem własnoręcznym jest ten, który cały jest napisany ręką testatora. Gdyby choć jedno słowo było napisane ręką obcą, pociągnęłoby to za sobą nieważność całego testamentu. Testament własnoręczny winien być podpisany oraz datowany. Data ma wielkie znaczenie, gdyż według niej określa się, czy testament był sporządzony w czasie zdolności testatora. Testament taki może być spisany na papierze zwyczajnym, w formie listu nawet, może być napisany ołówkiem, w jakimkolwiek bądź języku, wreszcie na kilku nawet oddzielnych kartkach.

Testament własnoręczny nie może być wykonany natychmiast po śmierci testatora. Istnieje szczególna formalność, którą należy dopełnić: testament winien być przedstawiony prezesowi sądu okręgowego w miejscu otwarcia spadku. Prezes otwiera go, sporządza protokuł przedstawienia, otwarcia i stanu testamentu, a następnie nakazuje złożenie testamentu do zachowania notariuszowi przez siebie wyznaczonemu.

Testament tajemny może być napisany przez kogokolwiek: osobiście przez testatora, notariusza, osobę trzecią i to bez żadnych świadków. Świadkowie w liczbie 6 są obecni tylko przy przedstawieniu testamentu notariuszowi i przy zapieczętowaniu go. Testator winien testament oddać notariuszowi i oświadczyć, że to, co papier zawiera, jest jego testamentem. Notariusz winien sporządzić protokuł, stwierdzający tę okoliczność.

W testamencie wolno ustanowić jedną lub kilka osób, mających na celu wykonanie postanowień testamentu. Testament wolno odwołać w każdym czasie wyraźnie (przez inny testament), lub milcząco (przez zniszczenie poprzedniego).

Sporządzić testament mogą tylko osoby pełnoletnie i działające w pełni władz umysłowych. Osoby chore umysłowo oraz małoletni sporządzać testamentu nie mogą. Wyjątkowo tylko małoletni, który ma więcej niż 16 lat, może sporządzić testament i zapisać w nim połowę swego majątku. Mężatka może sporządzić testament bez wiedzy i zezwolenia męża.

Spadkobranie (część obowiązkowa). Osoba choć prawnie zdolna i dorosła nie zawsze posiada swobodę rozporządzenia swym majątkiem. Ustawa zmniejsza prawo rozporządzania należące do właściciela zawsze, ilekroć ma on spadkobierców krewnych w linii prostej. W podobnych przypadkach legaty, darowizny itp. mogą wyczerpywać tylko część majątku, gdyż przewyżka jest zastrzeżona dla tzw. dziedziców koniecznych. Stanowi ona część obowiązkową, część zaś, którą można rozporządzić dowolnie, stanowi tzw. część rozporządzalną. Część obowiązkowa przypada w pierwszym rzędzie na zstępnych prawych (dzieci). Stanowi ona połowę spadku, gdy jest jedno dziecko, dwie trzecie spadku, gdy pozostaje dwoje dzieci, trzy czwarte spadku, gdy pozostaje troje dzieci lub więcej.

Z tego wypływa, że testator, pozostawiający jedno dziecko, może dowolnie zapisać komu chce połowę spadku, gdy pozostawia dwoje dzieci, może zapisać tylko jedną trzecią część spadku, gdy pozostawia troje dzieci lub więcej, może zapisać tylko 25% spadku. Wstępni (rodzice, dziadkowie) również mają prawo do części obowiązkowej, jednakże tylko wtedy, gdy zmarły nie pozostawi dzieci. Część obowiązkowa wstępnych wynosi po jednej czwartej dla każdej linii (ojczystej lub macierzystej).

W razie przekroczenia w testamencie części rozrządzalnej, mogą spadkobiercy konieczni wystąpić o zmniejszenie darowizn i zapisów lub w ostateczności o całkowite ich unieważnienie.

Przyjęcie spadku.

Spadkobiercy nie są obowiązani natychmiast przyjąć spadek, gdyż prawo przewiduje dla nich pewien termin, który pozwala im na rozejrzenie się w sytuacji celem stwierdzenia, czy spadek nie składa się z samych pasywów (długów). Termin ten wynosi 3 miesiące i 40 dni, licząc od śmierci testatora.

Spadek można przyjąć wprost i bezwarunkowo, albo tylko z dobrodziejstwem inwentarza. To ostatnie zastrzeżenie sprowadza ten skutek, że spadkobierca odpowiada za długi spadku tylko do wysokości aktywów. Ze swego majątku nie jest on obowiązany płacić długów spadkobiercy.

Najważniejsze wydarzenia w r. 1938

a) POLITYCZNE I KULTURALNE

STYCZEŃ

Gwałtowne walki w Hiszpanii o Teruel. Na Dalekim Wschodzie Japonia walczy z Chinami o Hankau.

14 stycznia minister Beck bawi z dyplomatyczną wizytą w Berlinie.

14 stycznia przesilenie gabinetowe we Francji. Ustępuje premier Chautemps. 18-go tworzy nowy gabinet, 21-go król egipski Faruk zaślubia Faridę.

31-go księżniczka holenderska Julianna powiła córeczkę Beatrice..

LUTY

4-go umiera znakomity dramaturg Karol Hubert Rostworowski.

10-go w Rumunii ustąpienie gabinetu Gogi. Okres ostrych wystąpień antyżydowskich. Nowy gabinet tworzy Patriarcha Miron Christea.

12-go spotkanie Hitlera i kanclerza Austrii Schuschnigga w Berchtesgaden. 16-go zmiana gabinetu w Austrii.

16-go zmiana gabinetu w Austrii

20 lutego ustąpienie angielskiego min. spraw zagranicznych Edena. Jego miejsce zajmuje lord Halifax. Zasadnicza zmiana linii polityki zagranicznej.

MARZEC

1 marca umiera Gabriel d'Annunzio, znakomity pisarz włoski. Tegoż dnia umiera w Polsce Władysław Grabski.

6, 7, 8-go minister Beck jest przyjmowany w Rzymie przez króla włoskiego i Mussoliniego.

10-go ustępuje Chautemps. Gabinet frontu ludowego tworzy Leon Blum.

11-go marca przewrót w Austrii. Władzę obejmuje Seyss Inquart.

12-go wojska niemieckie wkraczają do Austrii. 13-go—„Anschluss"— zjednoczenie Austrii z Niemcami. Słynna wymiana depesz między Hitlerem a Mussolinim.

13-go — zakończenie potwornego procesu w Sowietach, wytoczonego wczorajszym dygnitarzom. Osiemnaście wyroków śmierci.

17-go — wręczenie rządowi litewskiemu ultimatum Polski po zabiciu kaprala Serafińskiego pod Marcinkowicami. 18-go — manifestacja w całym kraju, w Warszawie 200.000 obywateli defiluje przed Wodzem Naczelnym. 19-go — nawiązanie stosunków dyplomatycznych z Litwą. Litwa przyjęła ultimatum Polski.

KWIECIEŃ

8-go — we Francji ustępuje rząd Bluma. Daladier zostaje premierem.

10-go — w Niemczech wybory do Reichstagu. 99% głosów pada na listę Hitlera.

15-go — w Hiszpanii wojska narodowe zdobyły Vinaros, przecinając połączenie Walencji z Barceloną.

16-go — angielsko-włoski pakt w Rzymie.

25-go — śmierć Aleksandra Świętochowskiego.

25-go — Rzesza występuje w sprawie Niemców Sudeckich.

27-go — ślub Achmeda Zogu, króla Albanii z hrabianką Geraldiną Apponyi.

MAJ

Podróż Hitlera do Włoch.

4-go — uroczyste otwarcie nowego portu polskiego Władysławowo.

Pod koniec maja w Sudetach ostre starcia niemiecko-czeskie.

CZERWIEC

Sukces partii Henleina w Sudetach na wyborach samorządowych.

Zaciekłe walki na Dalekim Wschodzie. Czang-Kai-Czek ponosi klęski pod Suczou i nad jeziorem Czao.

18-go czerwca śmierć marszałka sejmu ś. p. Stanisława Cara.

18-go — otwarcie Muzeum Narodowego w Warszawie.

19-go uroczyste sprowadzenie do Warszawy relikwii św. Andrzeja Boboli.

Od 25 do 29-go Kongres Społeczno-Obywatelskiej Pracy Kobiet w Warszawie.

LIPIEC

6-go — rocznica wybuchu wojny na Dalekim Wschodzie. Bilans roczny: półtora miliona zabitych i rannych.

Rekord lotniczy Hovarda Hughes. Przelot nad Atlantykiem w 3 dni 19 godzin 14 minut 10 sekund.

18-go — umiera królowa Maria Rumuńska.

19-go — przyjazd angielskiej pary monarszej do Paryża.

SIERPIEŃ

Miesiąc bez sensacji politycznych.

WRZESIEŃ

Miesiąc wielkich wstrząsów.

Od 5 do 12 września manifestacja sił hitleryzmu w Norymberdze. 13-go Henlein wysuwa żądania Niemców sudeckich. 15-go—Chamberlain leci samolotem do Hitlera celem znalezienia pokojowego wyjścia w sprawie Sudetów. 17-go powstaje niemiecki korpus sudecki. 22-go gabinet Syrovy'ego w Czechosłowacji, 29-go spotkanie Mussoliniego, Chamberlaina i Daladiera w Monachium.

30-go — Rząd polski przesiał samolotem notę do Pragi w sprawie Śląska Zaolzańskiego.

PAŹDZIERNIK

1-go — 10-go Niemcy zajmują Sudety. 2-go — wojska polskie wkraczają na Śląsk Zaolzański. 5-go ustępuje Benesz. 12-go—Wódz Naczelny Śmigły-Rydz entuzjastycznie witany na Śląsku Zaolzańskim.

14-go — spłonął balon stratosferyczny „Gwiazda Polski".

28-go — Wielki pożar niszczy główną dzielnicę Marsylii.

LISTOPAD

2-go — von Ribbentrop i Ciano przyznają Węgrom Koszyce, Munkacz i Ungwar. 5-go — wojska węgierskie wkraczają na ziemie, zagrabione przez Czechów.

6-go — w Polsce wybory do Sejmu.

7-go — Żyd Grinszpan zamordował von Ratha w Paryżu. Zarządzenia antyżydowskie w Niemczech.

W Turcji śmierć Atatürka. Generał Ismet Inanu obrany na prezydenta Turcji.

25-go — Polska bierze w posiadanie Czadeckie, Tatry Wysokie, Pieniny i ziemie nad Popradem.

30-go — dr Emil Hacha wybrany na prezydenta Czechosłowacji.

W Rumunii zamordowany przewódca „Żelaznej Gwardii" Codreanu z 13-oma towarzyszami.

GRUDZIEŃ

1-go — premier Daladier łamie strajk generalny. Upadek Frontu ludowego.

11-go — wybory w Kłajpedzie — sukces Niemców.

Nowa ofensywa gen. Franco w Hiszpanii.

Niemcy żądają kolonii, Włochy Tunisu. Ostry zatarg włosko-francuski na tle kolonialnym.

BELETRYSTYKA KOBIECA

W ciągu roku 1938 wyszedł drukiem cały szereg książek beletrystycznych, których autorkami są kobiety.

Krótki przegląd tych nowości da nam ogólnikowy chociaż obraz jednorocznego dorobku kobiet w tej dziedzinie.

Maria Dąbrowska: „Znaki życia“. Wyd. Mortkowicza. Jest to zbiór krótkich obrazków i nowel. Część ich to fragmenty „Nocy i dni“, które w ostatniej redakcji nie weszły do powieści, ale stanowią odrębne, zamknięte w sobie całostki, np. „Szkiełko“, opowieść więźnia politycznego, dla którego drobniutki ułamek szkła staje się talizmanem wolności psychicznej, zanim nie odzyska wolności materialnej. W tych nowelach odnajdujemy znane nam oblicze znakomitej pisarki, jej psychologiczną wnikliwość, kult pracy i sprawiedliwości, jasność wyrażanych myśli, prostotę wysłowienia.

Pola Gojawiczyńska: „Słupy ogniste“. Wyd. „Rój“. Treścią tej obszernej, dwutomowej powieści są dzieje powojennego nuworisza i arrywisty, który dzięki wrodzonym zdolnościom i szczęściu do ludzi wznosi się szybko po szczeblach drabiny społecznej, załamuje się na pokusach zbytku i kończy karierę w więzieniu.

Autorka rozwinęła tę fabułę na szeroko podmalowanym tle społecznym, wprowadziła dużo postaci ze wszystkich sfer, z którymi styka się jej bohater, począwszy od proletariatu wiejskiego, kończąc na podupadłej arystokracji. Powieść ta o głębokim spojrzeniu etycznym na moralną zgniliznę czasów powojennych niewątpliwie wywołaby silniejsze wrażenie, gdyby nie pewne rozwlekłości i nierówność artystycznego ujmowania poszczególnych momentów. Epizody miłosne, mają, jak zwykle u Gojawiczyńskiej, najżywszą wymowę.

Ewa Szelburg-Zarembina: „Legendy Warszawy“ z drzeworytami Mrożewskiego. Cykl legend o starej Warszawie, w którym fantazja autorki przetwarza popularne motywy podaniowe. Piękne, nieco makabryczne drzeworyty Mrożewskiego dodają całości wyrazu plastycznego, żyją razem z piękną prozą Zarembiny.

Elżbieta Szemplińska: „Potrójny ślad“ i „Kochankowie Warszawy“, dwie powieści z cyklu: „Zrosty“. Autorka w sposób b. swoisty śledzi irracjonalne drogi erotyzmu. Bohaterka „Potrójnego śladu“ Daria jest kobietą fatalną przez swoją prymitywną bezmyślność i jakieś rosyjskie niechlujstwo duchowe. Obok ludzi autorka stawia świetnie narysowane sylwetki zwierzęce, kota i psa. Fragment „Potrójnego śladu“ drukował „Bluszcz“.

Halina Krahelska: „Zdrada Heńka Kubisza“. Powieść społeczno-reportażowa, osnuta na tle robotniczych stosunków na Śląsku. Odznacza się dużym rozmachem w kreśleniu figur i sytuacji. Ostro prześwietla krzywdy społeczne.

Gustawa Jarecka: „Ludzie i sztandary“. Powieść cykliczna o pracy podziemnej niepodległościowców począwszy od roku 1901 do wkroczenia Niemców do Warszawy.

Wanda Wasilewska: „Ziemia w jarzmie“. Powieść społeczna na tle aktualnych stosunków wiejskich.

Wanda Miłaszewska: „Bogactwo“.

Ostatnia książka znanej i lubianej powieściopisarki wykazuje wszystkie zalety jej pióra: chrześcijańską ideologię, zajmującą fabułę, płynny tok naracji.

Izabella Lutosławska: „Państwo Bobrowscy“. Powieść, która przez dłuższy czas ukazywała się w druku jednego z dzienników stołecznych i czytana była z dużym zainteresowaniem. Treść osnuta na współczesnych obyczajach rodzinnych i towarzyskich, stanowi dalszy ciąg dziejów Zazy z powieści „Córka“ i „Małżeństwo Zazy“.

DEBIUTY POWIEŚCIOWE

W kronice literackiej ubiegłego roku należy zanotować dwa wybitne i oryginalne debiuty powieściowe, każdy o zgoła odmiennym charakterze.

Stefania Zahorska: „Korzenie“. Znana historyczka sztuki i recenzentka filmowa zadebiutowała w dziedzinie beletrystyki powieścią dojrzałą, znamionującą wprawdzie duży wpływ Proust'a i literatury Zachodu, ale posiadającą tyle własnych wartości, że można ten debiut uważać za pierwszorzędne wydarzenie w literaturze.

„Korzenie“, to pierwszy tom powieści pokoleniowo-psychologicznej, w której autorka poddaje drobiazgowej analizie zarówno otoczenie dwojga swoich bohaterów, jak i ich przeżycia. Tematem zasadniczym jest miłość studenta ze sfery kresowoziemiańskiej do postępowej Żydówki. Tło i moment dziejowy: Kraków w chwili wybuchu wojny i wymarszu legionów, doskonale uchwycone.

Drugim, zupełnie z innych powodów interesującym debiutem, jest powieść *Marii Ukniewskiej: „Strachy“*, powieść środowiskowo-reportażowa, odtwarzająca w sposób realistyczny życie tzw. „girlasek“, tancerek kabaretowych. Powieść doskonale skomponowana, napisana językiem potocznym, żywym, nieraz brutalnym, nie cofa się przed najjaskrawszymi momentami życia, a jednak nie ma w sobie nic z pornografii i taniej sensacji.

Bohdanowiczowa: „Droga do Daugiel“. Powieść regionalna o stosunkach na pograniczu Polski i Litwy. Interesująca ze względu na koloryt lokalny i aktualność spraw polsko-litewskich. Otrzymała nagrodę na Konkursie Księgarni Św. Wojciecha.

Jadwiga Żylińska :„Cierń“. Powieść o charakterze szkicu psychologicznego, którą młoda i utalentowana autorka debiutowała w „Bluszczu“, ukazała się w wydaniu książkowym. Fabuła jest tu pretekstem do wejrzenia w głąb duszy artystki, kobiety namiętnej i niezrównoważonej.

Jadwiga Kopciowa: „Lebioda rośnie“. Powieść środowiskowa, maluje życie przedmieścia warszawskiego. Fragmenty drukowaliśmy w „Bluszczu“. Obecnie autorka zamieściła w „Dzienniku Narodowym“ powieść biograficzną o Deotymie p. t. „Gwiazda Parnasu“.

Malwina Szczepkowska: „Dom chorych dusz“ i *„Muszę kłamać“.* Druga z tych powieści wyszła w dodatku do „Bluszczu“. Przedstawia ona równoległe dzieje kilku dziewcząt z inteligencji, napróżno walczących z konwencjonalnymi poglądami rodziców na szczęście, pracę, samodzielność swych córek.

BIOGRAFIE I ŻYCIORYSY

Maria Czapska: „Ludwika Śniadecka“. Na podstawie nieznanych źródeł archiwalnych autorka opracowała ciekawy życiorys Ludwiki Śniadeckiej, „Wileńskiej Heloizy“,

pierwszej miłości młodziutkiego Julka Słowackiego. Ten moment zajmuje w książce najmniej miejsca. Zato szczegółowo opracowane są dzieje miłości Ludwiki do Korsakowa, jej pobyt w Konstantynopolu i współpraca z Czajkowskim-Sadykiem.

Dzieło poważne i ciekawe zarazem, zapoznaje czytelnika nie tylko z postaciami historycznymi, ale i z tłem dziejowym, otrzymało pierwszą nagrodę na konkursie „Wiadomości Literackich".

KRYTYKA LITERACKA

Stefania Podhorska-Okołów: „Kobiety piszą" — zbiór sylwetek dwunastu autorek polskich i szkiców o ich poszczególnych utworach.

Ten pierwszy od czasów książki Chmielowskiego „Autorki polskie", przegląd twórczości kobiecej obejmuje następujące pisarki. Z nieżyjących: Elizę Orzeszkową, Bronisławę Ostrowską, Marylę Wolską i Zofię Rogoszównę. Z żyjących, poetki: Kazimierę Iłłakowiczównę i Marię Pawlikowską - Jasnorzewską, powieściopisarki: Zofię Nałkowską, Marię Dąbrowską, Zofię Kossak-Szczucką, Marię Kuncewiczową, Herminię Naglerową i Ewę Szelburg-Zarembinę. Książkę uzupełnia dwanaście portretów rozpatrywanych autorek.

PODRÓŻE, KRAJOZNAWSTWO

Zofia Kossak: „Laska Jakubowa". Są to wrażenia autorki „Krzyżowców" z podróży automobilowej na zlot skautowski w Holandii. Na marginesie barwnych i plastycznych obrazów autorka rozwija ideologię harcerską, sprzeczną z kultem przemocy, opanowującym świat.

Maria Kuncewiczowa: „Miasto Heroda". Notatki palestyńskie. Świetna pisarka, znana jako autorka powieści psychologicznych, podała w interesującej formie swoje wrażenia i przeżycia wewnętrzne, związane z podróżą po Palestynie.

Nie jest to reportaż, a odbicie duszy tego kraju w świadomości nowoczesnej, a jednak romantycznej.

Hanna Skarbek - Peretiatkowicz: „Indie wczoraj i dziś". Autorka „Indii bez retuszu", żywego reportażu z pobytu w Indiach, opracowała powtórnie swoje wrażenia i wiadomości o tym egzotycznym kraju w książce przeznaczonej dla młodzieży.

HISTORIA PRASY

Zofia Zaleska: „Czasopisma kobiece w Polsce" (materiały do historii czasopism. Rok 1818 — 1937). Źródłowa i przejrzyście skomponowana praca, pierwsza i jedyna w swoim rodzaju, stanowiąca przegląd wszystkich czasopism kobiecych, jakie ukazały się w okresie ostatnich 120 lat. Niezastąpiona encyklopedia czasopiśmiennictwa kobiecego.

HIGIENA I KOSMETYKA

Dr med. Julia Świtalska: „Abecadło zdrowia i urody". Wyczerpująca treść powyższej książki stanowi znakomity poradnik dla kobiet i mężczyzn, racjonalnego pielęgnowania zdrowia i urody.

Narodziny płyty gramofonowej

Edison, trzymając pewnego razu cienką błonę w palcach zauważył, że drga ona pod wpływem fal głosowych. Zadał sobie tedy pytanie, czy nie możnaby zapisać jakoś tych drgań. Jeśli da się to zrobić, to czy możliwym będzie odtworzenie tego zapisu przez błonę i co z tego wyniknie?

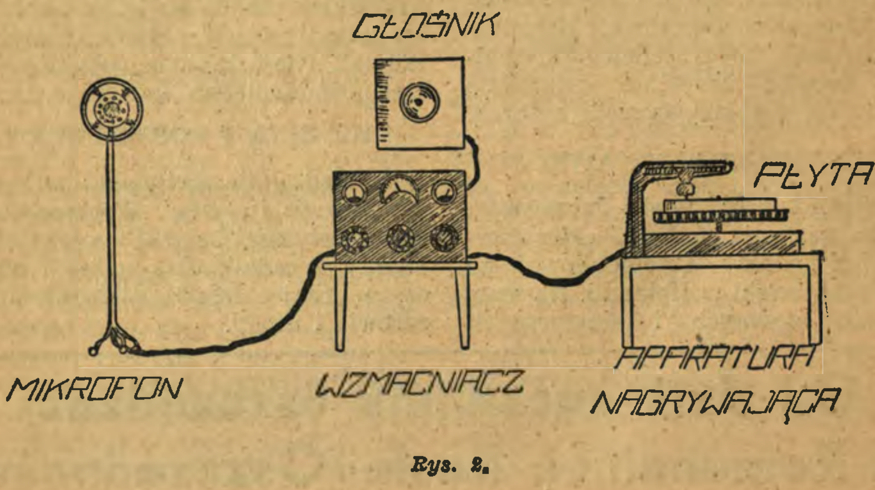
Edison skonstruował aparat, składający się z walca, pokrytego miękką cynfolią, do której dotykał sztyft przymocowany do naciągniętej na ramkę błony. Gdy obracało się walec sztyft rył na cynfolii wąską linijkę; jeśli zaś mówiło się jednocześnie, to rowek ów, pod wpływem drgań błony odpowiednio się kształtował. Po „zapisaniu" całego walca czarodziej z Menlo-Parku „odwrócił" proces, znaczy to, że pod wpływem kształtu rowka sztyft odpowiednio poruszał błonę, która wzbudzała drgania powietrza, identyczne z nagranymi poprzednio.

Od tego czasu minęło 51 lat. Drgające błony i cynfoliowe walce znikły w mrokach niepamięci. Adapter gramofonowy (rys. 1) połączony z radio-odbiornikiem i okrągła czarna płyta — oto następcy prymitywnego fonografu.



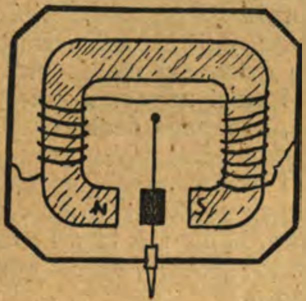
Rys. 1.

Nie ma więc celu zajmować się opisem dawnych sposobów nagrywania. Opowiem tedy, jak to się robi dzisiaj. Ryc. 2 przedstawia cały proces schematycznie. Fale głosowe poruszają membranę mikrofonu, wzbudzając tym prąd, który płynie drutem do wzmacniacza. Tutaj technik, który słyszy głos ze studia przez głośnik, odpowiednio ścisza, lub wzmac-



Rys. 2.

nia dźwięk. A ze wzmacniacza, zmodulowany już prąd wędruje do aparatury nagrywającej. Jest to metalowy talerz, obracający się ze stałą szybkością; na nim leży gruby krąg wosku ziemnego stopionego z żywicą. W powierzchnię tej miękkiej płyty, zagłębia się na 2 dziesiąte milimetra nóż—igła adaptera.



Rys. 3.

Proszę spojrzeć teraz na przekrój adaptera (ryc. 3). Wewnątrz oprawki widzimy, zgięty w podkowę, kawałek żelaza oplecionego drutem (selenoid), oraz zawieszoną oprawkę igły. Pod wpływem różnorodnych impulsów prądu z mikrofonu, żelazo przemienia się w magnes, który przyciąga i odpycha oprawkę igły, a więc



Rys. 4.

ją samą wprawia w drgania. Ponieważ zaś igła dotyka miękkiej płyty — ryje więc w niej falisty rowek (ryc. 4). Za każdym obrotem płyty, adapter przesuwa się o 3 dziesiąte milimetra ku jej środkowi tak, że otrzymujemy spiralną ciągłą linię.

Możnaby odtworzyć dźwięki, za pomocą identycznego adaptera, lecz woskowa jedyna. narazie płyta uległaby zniszczeniu. A przemysłowcom chodzi o wypuszczenie na rynek trwałych, identycznych płyt w wielkiej ilości.

Co tedy robią?

Teraz następuje druga faza narodzin płyty gramofonowej — utrwalanie oryginału i zrobienie z niego kliszy (matrycy), która pozwoli na odciskanie odbitek w twardym materiale. Pokrywa się woskową płytę delikatnym pyłkiem węglowym, który nie zmienia kształtu rowków, pozwala jednak na przepływanie prądu elektrycznego po powierzchni. Ma to na celu umożliwienie reprodukcji płyty za pomocą galwanoplastyki. Płytę oraz ten miedziany krążek zanurza się w roztworze siarczanu miedzi. Prąd przepływa od blachy do płyty, pokrywając tę ostatnią cieniutką warstwą (1 mm) pyłku miedzianego. Nalot ten w postaci cienkiej blaszki zdejmuje się ostrożnie, i oto mamy negatywną kopię woskowego nagrania.

Oprawiwszy ten negatyw—matrycę można odciskać, w twardszych od wosku materiałach, płyty gramofonowe. Zwykle robi się parę takich matryc, gdyż przy prasowaniu miedziana powierzchnia ulega zniszczeniu. Wymieniłem termin „prasowanie“, lecz nim go objaśnię nie będzie od rzeczy, gdy opowiem państwu, co przed tym prasowaniem należy jeszcze zrobić. Trzeba mianowicie przy-

gotować materiał, w którym będą odciskane płyty. Miesza się więc, według recepty, która jest tajemnicą każdej firmy, drobno zmielone: żywicę, talk, sadze i włókna, bawełniane. Następnie ogrzewa się to, i otrzymuje czarną, zbitą masę, którą rozwałkowuje się na płat grubości pół centymetra. Ten płat tnie się na kwadraty 20 × 20 cm i, już w stanie zimnym, dostarcza do prasowni. Słowo „prasować" pochodzi, w tym wypadku, od dwóch pras hydraulicznych, cisnących z siłą 40 tonn. Robotnik oprawia w stalową obręcz matrycę, przetyka ją w środku stalowym kołkiem, nakłada etykietę z napisem, następnie rozgrzewa ów czarny kwadrat. Formuje z niego rodzaj placka na matrycy, nakłada drugą etykietkę, oraz przykrywa to wszystko drugą matrycą. Płyty bowiem są dwustronnie nagrane. Podkłada teraz to całe pudełko pod prasę, która wielką siłą wygniata w materiale odbicie matryc. Proces ten przyrównać by można do pieczętowania, lecz dwustronego. Minuta przerwy i robotnik wyjmuje spod prasy gotową lśniącą płytę gramofonową, taką już, jaką kupujemy w sklepie.

Fabrykacja płyt wydawać się może prostą, jeśli jednak weźmiemy pod uwagę dziesiątki nieraz prób, które przejść musi nagrywany zespół, czy solista, następnie drobiazgowe badanie powierzchni płyty przez mikroskop i wiele innych, drobnych, ale żmudnych procesów, to dojdziemy do wniosku, iż nie tak łatwo przychodzi na świat skromna, czarna płyta gramofonowa.

Wacław Podhorski-Okołów

„Łzy drzewne"

„...TAK RZADKO SIĘ ZAUWAŻA"

Codziennie, szybkimi obrotami tysięcy kół samochodowych, przetacza się przed naszymi oczami setki tonn kauczuku, popularnie zwanego gumą.

Na każdym prawie kroku spotykamy się z coraz to inną formą tego giętkiego i elastycznego materiału, mało kto jednakże interesuje się nim bliżej.

Para botów budzi tylko wtedy ciekawość pięknej pani, gdy... jest modna i harmonizuje z futrem. Zanim jednak kauczuk dostąpił zaszczytu chronienia smukłych nóżek przed błotem, przeszedł długą drogę prób i doświadczeń, ma tedy swą historię, dosyć nawet ciekawą.

Przeszło 200 lat temu francuski podróżnik Karol Maria De La Condamine przywiózł do Paryża baryłkę szarej, lepkiej masy. Przywiózł ją, jako pamiątkę z Brazylii i, ponieważ nikt w Europie nie znał jeszcze takiego kleju, ofiarował ją instytutowi naukowemu.

Pan De La Condamine wyjaśnił, iż jest to rodzaj żywicy wypływającej z kory naciętego drzewa, w stanie świeżym ma wygląd białawego, tłustego mleczka.

Z niego to Indianie brazylijscy wyrabiają różne naczynia, oraz obuwie, a także „kule wielkości jabłka, które posiadają cudowną właściwość odskakiwania od ziemi". Dziś takie cudo nazywa się po prostu... piłką.

Przez czas podróży z Brazyli do Francji mleczko „zsiadło się", two-

rząc szarą masę, o której poprzednio wspominałem. Chemicy, po długich badaniach, odkryli, że eter i benzyna rozpuszczają kauczuk.

Poza tym o gumie wiedziano tylko, że nazwa jej pochodzi od brazylijskich słów „łzy drzewne".

Minęło 30-kilka lat i na rynku ukazał się nowy towar, wynaleziony przez Pristley'a; towar, który wszyscy dziś dobrze znają, i którym posługujemy się co dzień. Była to guma ścierająca z papieru ślad węgla i ołówka. Fakt ten, zresztą, nie wywołał przewrotu w dziedzinie produkcji kauczuku i bardzo długo potem nic o nim nie słychać.

Dopiero w roku 1832 angielski fabrykant Tomasz Hancock z Manchester'u wprowadza modę nieprzemakalnych płaszczy.

Pożal się Boże, co to były za palta! Kilka sztuk płótna, maczanego w gorącym kauczuku, zlepionych razem. W zimie, od mrozu, mleczko gumowe pękało, w lecie zaś działy się zgoła niesamowite historie, gdyż pod wpływem ciepła z płaszcza kapało cuchnące, lepkie smarowidło. Mało więc było chętnych, którzy chcieliby wydać sporo pieniędzy na kupno tak kłopotliwego okrycia.

Widząc to Hancock rezygnuje z wyrobu impregnowanych płaszczy, i pracuje dalej nad wytworzeniem takiej formy kauczuku, która nadawałaby się do „konkretnego" użytku, a więc była trwała i niewrażliwa na zmiany temperatury.

Zastygnięte tedy mleczko, zwane latex, ugniata się w specjalnych walcach. Ta funkcja nazywa się mastyfikacją.

Anglik nie miał szczęścia, a raczej szczęście miał jego amerykański rywal mister Goodyear.

Równo sto lat temu w pracowni Goodyear'a zdarzył się drobny wypadek. Oto do kadzi z roztopionym kauczukiem wpadł kubek z przygotowaną do jakiegoś doświadczenia siarką. Przenikliwy swąd wypełnił cały pokój: kauczuk wypalał się z siarką.

I tak powstała elastyczna, wodoodporna i trwała guma.

Zawiedziony w swych nadziejach Hancock nie zniechęca się jednak, i w roku 1843 udaje mu się wyprodukować ebonit, materiał twardy, powstały z dodania do kauczuku 30% siarki. A 3 do 10% domieszki siarki w roztopionym kauczuku, czyli tak zwana wulkanizacja — rozpoczęły nową epokę w handlowej historii świata.

Dużo można by pisać o dalszych dziejach kauczuku, lecz nie są one zbyt atrakcyjne. Haussa na drzewa gumowe, szalone wzbogacenie się Brazylijczyków, chytre manipulacje Anglii, powstanie plantacyj na Ceylonie, i krach kaboklów z południowej Ameryki — oto skrót tego, co się działo w końcu ubiegłego stulecia.

Dziś gumę znaleźć można w każdym domu. Czy to będzie uszczelnienie puszki Weck'a, kuchenny fartuch, gąbka do mycia, czy też nieprzemakalne, dziecinne pieluszki. Druty biegną w gumowych pancerzach, w gumowy worek nalewa się ciepłej wody i gumą uszczelnia się okna na zimę.

I autor zgasiwszy na ebonitowej popielniczce papierosa, zakręciwszy ebonitowe wieczne pióro, włożył gumowe kalosze, i wsiadłszy do nagumowych oponach toczącej się taksówki, zawiózł artykuł do redakcji, gdzie położył go na gumowym nakryciu biurka.

Wszędzie guma i ebonit, ciągle się ją widzi, a tak rzadko zauważa.

Wacław Podhorski-Okołów

W wigilię Trzech Króli

NOWELA

MOTTO:

„Gdy z dachów wiszą zimowe sople.
I kiedy w palce pacholek dmucha,
I ogień z wszystkich kominów bucha
A w skopku mleka mróz ścina krople,
Kiedy śnieg drogi wszystkie zawiewa
I tylko sowa wśród nocy śpiewa
Uhu!
Pieśń wesoła, gdy kucharka
Szumowiny zbiera z garnka.
Gdy wiatr śnieg pędzi z wichrem przez błonie,
Gdy nastrzępione umilkły ptaki
Gdy nosy dziewcząt niby buraki
A głos plebana w kaszlaniu tonie,
Pieczone jabłka na ruszcie syczą
I tylko sowy wśród nocy krzyczą
Uhu!
Pieśń wesoła, gdy kucharka
Szumowiny zbiera z garnka".

(William Shakespeare
przekład S. Ulricha).

W dniu św. Telesfora, w wilię Trzech Króli, od samego rana szalała straszliwa zawierucha. Walenty, którego proboszcz wysłał po śniadaniu na pocztę, nie wrócił na południe i na plebanii przypuszczano, że jeżeli wiatr nie ucichnie, zanocuje w miasteczku, gdyż droga powrotna pod wiatr była prawie niemożliwa. Tymczasem wichura szalała bez przerwy od sześciu godzin, furkotała sutanną proboszcza, wracającego z kościoła, dęła w spódnice dziewek idących do krów, mocowała się z drzwiami kuchennymi, które gospodyni usiłowała otworzyć, by własnoręcznie zanieść wiadro maślanki dwom maciorom, z których jedna była na oproszeniu, a druga onegdaj przyprowadziła jedenaścioro prosiąt.

Pod sam wieczór wiatr jakby trochę przycichł. Na ten moment czekała właśnie jedna z dziewek, by wyjść na dwór i przynieść drzewa do kuchni, które w grubych polanach ciasno złożone leżało pod ścianą kuchenną. Zaczerwieniona z mrozu rzucała z wielkim hałasem drzewo na ziemię, przed ogromnym piecem chlebowym, podczas gdy druga dziewka usiłowała pod blachą ogień rozpalić. Nie udawało jej się to jednak, ponieważ zabrakło drobno naszczepanych drewek, a żadna z dziewcząt nie śpieszyła się, by pójść do obory po siekierę. Na to wróciła z chlewa gospodyni. Puste wiadro postawiła przy drzwiach i znienacka na dziewki krzyknęła. Mrucząc pod nosem na Waluka, który trzasek nie naszczepał, Nastka pobiegła po siekierę, a Mania zaczęła gorliwie dmuchać w ogień, niby cała robotą pochłonięta.

Gospodyni biała, rozłożysta i miękka jak wielkanocne ciasto, wyjrzała przez okno, by zobaczyć, jak daleko do zachodu słońca — właśnie proboszcz wracał z kościoła od słuchania spowiedzi, z brewiarzem w ręku, drugą ręką przytrzymując biret, bo wiatr zaczął dąć na nowo.

W piecu od nowa zaczęły się odzywać jakieś hałasy i łomoty, drzwiami trzaskało, trzęsło oknami, po kuchni chodziły przeciągi, a dziewki ociągając się zapalały latarnię i sięgały po skopki do wieczornego udoju.

— Czego stoicie — rozdziawiwszy sia? — przynaglić je musiała gospodyni, czerwona od żaru, który trzymała na szufelce i niosła do samowaru. Dziewczęta ponaglone, okręciły

się chustami, i dygocąc zawczasu, wyszły z kuchni. Trzasnęło za nimi jedynymi drzwiami, trzasnęło drugimi, z pieca iskry posypały się na podłogę, a kot Maciek wylazł z jakiegoś kąta, w którym od południa spał i rozkosznie zaczął się przeciągać w pobliżu pieca.

— Zaraz mleko będzie, zaraz — pocieszyła Maćka gospodyni i białą, jak bułka, obsypana mąką, dłonią, mięciutko pogładziła go po szarym prężkowanym grzbiecie. Przez ścianę, za którą znajdował się gabinet, rozległo się głośne kaszlanie proboszcza, a na ten odgłos gospodyni podreptała co prędzej do samowaru i parę razy dmuchnęła na węgle, by gorliwości swojej zadośćuczynić. Wraz wróciły dziewczęta, niosąc skopki z mlekiem i gryząc zmarznięte jabłka, które leżały na parapecie okna w sionce i które po drodze chwyciły. Mocne ich zęby z chrzęstem rozgryzały zmarznięte owoce, wzbudzając apetyt w gospodyni. Nie wydało jej się jednak rzeczą przystojną okazywać łakomstwa, przeto fuknęła na dziewczęta, które grzały się przy piecu by prędzej zabrały się do cedzenia mleka. Potem skinęła na Mańkę, by zabrała fanar [1]) i obie wyszły do spiżarni, skąd wróciły obładowane wędlinami, serami, szynką i innymi smakołykami na kolację dla proboszcza. Gospodyni nakrajała już cały półmisek cienkich plasterków szynki, gdy za oknem rozległo się zjadliwe szczekanie psa.

— To Waluk — mniemała Nastka.

— Gdzie tam, na Waluka nie szczeka.

Coś zaczęło skrobać w drzwi od podwórza, potem drzwi straszliwie zaskrzypiały, jak gdyby dokonywano na nich gwałtu, coś poruszyło się za drzwiami i chrząknęło.

— Otwórzcie — rozkazała gospodyni.

Dziewczęta otworzyły. W drzwiach stał młody, przystojny mężczyzna, dość przyzwoicie, choć lekko ubrany.

— Dobry wieczór, a gdzie tu pani? — zapytał.

— A czego? — rozdziawiła się na niego Nastka.

— Małczy! — fuknęła na nią gospodyni.—Ja tu jestem, zwróciła się do obcego — a kto pan taki?

— A ja tu z prośbą o nocleg zaszedł. Z mandoliną chodzę i śpiewam i tak zarabiam na życie — odpowiedział przybysz i wysunął rękę z mandoliną, którą trzymał w cieniu.

— W taki mróz, w taką zawieruchę pan śpiewa?

— A jak mróz i zawierucha to nie śpiewam, chyba w pokojach.

— Proszę niech pan siada — powiedziała gospodyni. — Zaraz będziemy jeść kolację.

— O, a jakie pieśni pan umie? — zaciekawiły się dziewczęta.

— O, różne, jakich ja nie znam — trącił w struny mandoliny i zamruczał: „Graj skrzypku graj", a tu „Ta ostatnia niedziela" a tu „Spójrz w górę na morze gwiazd" — o, wszystkie pieśni znam.

— Znaczy się bezroboczy?—zwróciła się do gościa jedna z dziewcząt.

— Nie widzisz, że pan z mandoliną chodzi? — ujęła się za gościem gospodyni.

— Właśnie. Całe lato i jesień śpiewałem po miasteczkach i wioskach, i dziś po kolacji pięknie zaśpiewam, a może i ksiądz proboszcz nie odmówi gościńca, jak dotąd nikt nie odmówił.

---

[1]) Lampa.

Za ścianą proboszcz musiał wstać od biurka, bo do kuchni dobiegło hałaśliwe odsuwanie krzesła, więc gospodyni mrugnęła na Manię, by zaniosła samowar do jadalni, bo proboszcz widocznie skończył czytanie. Potem sama na tacy wyniosła bułki, wędlinę, ser i marynowane rydze, a nieznajomy błyszczącymi oczami wpijał się w każde danie, które kolejno przesuwało się przed jego oczami, zanim zniknęło w sionce. Nastka widząc wygłodniałe spojrzenie obcego, pocieszyła go:

— Zaraz nasza kolacja uwarić sia.

Jakoż niebawem usiedli we czworo przy stole w kuchni nad miską dymiącej zacierki mlecznej, każdy z plastrem razowego chleba w ręce. Gospodyni jadła najmniej — wiadomo wszystko u niej było pod kluczem i ze służbą razem jadła tylko dla przykładu, a gość z mandoliną jadł najwięcej, od czasu do czasu jedzenie przerywając uwagami.

— Ot, nie takie rzeczy jadło się na świecie. Człowiek po restauracjach bywał, cukierniach, z panami pił.

— At łżesz — rzuciła niedbale Mańka — między jednym łykiem zacierki a drugim.

— Wszystkiego może być — mniemała za to gospodyni.

— Wiadomo z durnymi nie ma rozmowy — rzucił człowiek z mandoliną w stronę Mańki, potem do gospodyni.

— A czemu to pani gospodyni sama z dziewkami zacierkę je, nie ma to na probostwie wędlin i masła do chleba?

— O, uniosła się gospodyni — nie na długo starczyłoby tych wędlin, żeby w kuchni zacząć zajadać.

— Zatłukłoby się jeszcze jednego prosiaczka. Cóż to proboszczowskich świń pani żałuje?

— Nie pochudli na proboszczowskiej kuchni i tak — zakończyła gospodyni.

Przez sionkę, w zmieszany gwar głosów wpadło znowu proboszczowskie kaszlanie i odbiło się o ściany kuchni.

— A to kaszle — niech Matka Boska — zdziwił się przybysz.

Po kolacji gospodyni poszła zapytać, czy proboszcz zechce śpiewu posłuchać, ale proboszcz machnął tylko ręką: „Nie trzeba“, musiał jeszcze przygotować kazanie na dzień Trzech Króli i nie miał czasu. Kiwnął głową na znak aprobaty, że podróżny dostał kolację, kazał umieścić go na noc razem z Walukiem, a w stajni o ile by Waluk nie wrócił i odprawił gospodynię gestem ręki. Potem coś sobie przypomniał. Odwołał gospodynię od drzwi, wyjął z kieszeni wytartą portmonetkę, długo w niej szperał, wybrał dwadzieścia groszy dla mandolinisty i kazał jeszcze dać mu szklankę gorącej herbaty z rumem, „bo musiał okrutnie zmarznąć“.

Podróżny — herbatę z rumem wypił, owszem, a co do dwudziestu groszy, to ich nie przyjął. Nie jest dziadem pod kościołem. Co innego pięć złotych za śpiewanie, albo tak z dobrego serca bez śpiewania. Ale dwadzieścia groszy, to tylko obraza człowieka.

Skwaszony zaśpiewał w kuchni dziewczętom i gospodyni jedną pieśń, po czym powiedział, że jest senny i chce spać. Dziewczęta nalegały, by jeszcze zaśpiewał, ale on wstał, pięknie gospodyni podziękował, a potem wszystkim na pociechę powiedział:

— Na wiosnę będę znowu w tych stronach. Na wiosnę humor inny człowiek ma i ochotę do śpiewania. Zajdę tu wtedy — a może i proboszcz zechce posłuchać—i zaśpiewam pięk-

nie o miłości, o tęsknocie i innych rzeczach.

Ponieważ Waluk jeszcze nie wrócił, Mania z fanarem w ręce wyprowadziła go do stajni, w której przenocował, a nazajutrz wstał jeszcze przed dziewczętami i posiliwszy się w kuchni zupą, na którą czekał, aż dziewczęta od krów wróciły, ruszył w drogę.

Waluk przyjechał około południa. Zasiadł przy stole w kuchni i czekał aż mu Mania rumiane bliny — jako że było święto — poda prosto z patelni, tymczasem opowiadał to i owo. Jakiemuś żydowi wybili szyby w miasteczku. Jakiegoś człowieka przywieźli do szpitala bez ręki — sieczkarnia ją ucięła, ludzie powiadali, że posterunek po gminie szuka bandyty, z mandoliną chodzi, bezrobotnego udaje, po plebaniach o nocleg prosi, a w nocy ludzi morduje i okrada.

— Boże mój Boże — patelnia potoczyła się po podłodze. — Toż on u nas był i nocował.

— Kto taki durna?

— Ano taki sam, z mandoliną chodził, za bezrobotnego się podawał, o nocleg prosił.

— A jak wyglądał?

Na tę rozmowę weszła Nastka.

— Jak wyglądał? — dopytywał Waluk — fotografia była przed posterunkiem nalepiona.

— Nos podługowacieńki. Taki — zaczęła Mańka.

— Gdzież, kiedy, ze wszystkiem krócieńki — zaprzeczyła Nastka.

— Gruby?

— Ni to gruby, ni to chudy.

— To ten — zawyrokował Waluk.

Dopieroż, gdy weszła gospodyni, opowiadać jej co i jak. Przeraziła się mocno. Mańka triumfowała:

— Ja zaraz mówiłam, że on łże. Jemu źle z oczu patrzyło. I mówił, co będzie pani proboszczowskich świń żałować, ze wszystkim widać niepobożny.

— A gdzie proboszcz? — spytał Waluk.

— W kościele.

— No widzicie. Nic nie wziął, przenocował , rankiem poszedł, nic nie ruszywszy, proboszcz poszedł na mszę jak codzień żywy i zdrowy, a wy zaraz „bandyta". Mało to ludzi z mandoliną chodzi po świecie?

— Pewnie — przytaknęły — zaraz dziewczęta, żeby zgodzić się z gospodynią, po czym zwróciły się do Waluka:

— To posterunek bandyty szuka? A jak go złapią, to co jemu będzie?

— Powieszą go — orzekł Waluk.

Teraz dziewczęta zamyśliły się.

— Pamiętasz — przypominały sobie — jak śpiewał „Dziś ostatnia niedziela"? Młodzieniec taki, niebrzydki, śpiewa pięknie. — Ot różnie na świecie.

— Płaczcie, płaczcie — drażnił je Waluk — już wy go nie zobaczycie.

— Cicho dziewczęta — odzywa się nagle gospodyni — ja powiadam, że to nie był bandyta. Ja na ludziach się znam.

— Ale. Mówić można.

A gospodyni staje na środku kuchni i z białą ręką wzniesioną do góry prawi:

— Ja stara: wielu ludzi widziałam. To nie był ze wszystkiem zły człowiek. To był człowiek bezdomny i nieszczęśliwy. Powiedział, że na wiosnę tu wróci i nam zaśpiewa, wtedy przekonacie się.

— Jeżeli to jest bandyta to nie wróci w te strony.

— Zobaczycie na wiosnę, że wróci — zakończyła gospodyni.

Na dworze był mróz trzaskający.

Jadwiga Żylińska

Opiekunka dzieci

Chodzi sobie po świecie człowiek w czapce listonosza, z torbą skórzaną przewieszoną przez ramię. O, wcale nie myśli o tym, że w jego torbie kryją się złe i dobre wieści. Radość i wesele. Nadzieja i rozpacz. Że małe, pachnące bileciki i duże, proste koperty chciałyby jak najprędzej wydostać się ze skórzanej torby i widokiem swoim wywołać czyjść uśmiech radosny.

Szczególniej w grudniu. Przed świętami Bożego Narodzenia.

Są i inne listy w skórzanej torbie listonosza. Wytworne, eleganckie i skromne, nawet szpetne. Wiedzą, że przyjęte będą niechętnie. Że wywołają ból, smutek, nawet łzy. Więc kryją się wstydliwie za swoimi radosnymi siostrzycami. Ale ręka listonosza wyjmie je zawsze z ukrycia...

Właśnie tego dnia, 22-go grudnia, listonosz wrzucił do skrzynki w bramie podłużną, zieloną kopertę, zaadresowaną do panny Zofii Ranieckiej. A niebawem numerowa w kawalerskich pokojach na 7 piętrze otworzyła skrzynkę małym kluczykiem i wyjęła z niej list.

— Zielony kolor oznacza nadzieję — pomyślała. — Panna Zosia ucieszy się napewno!

Ale panny Zosi nie ucieszył widok zielonej koperty. Musnęła ją roztargnionym wzrokiem i rzuciła na stolik. Była właśnie zajęta obmyślaniem, jaki podarek ofiarować na gwiazdkę narzeczonemu. Pugilares? Krawat? A może coś praktycznego do ich przyszłego mieszkania?

Bo pobiorą się zaraz po Nowym Roku i już w przyszłe święta usiądą do wieczerzy wigilijnej we własnym domu w Radomiu!

— Jaka szkoda, że Witold przyjedzie dopiero w wilię — pomyślała ze smutkiem. — Zobaczę go dopiero pojutrze...

Kochany, drogi Wit! Pewnie tak jak ona liczy dni i godziny przymusowej rozłąki. I nie może się doczekać, kiedy wreszcie będą zawsze razem...

Długo trwało, zanim udało się jej przekonać rodzinę, że kocha Witolda, chociaż jest skromnym urzędnikiem i że woli całe życie cierpieć niedostatek, niż poślubić bogatego dyrektora fabryki, pana Bogusława.

— Skazujesz się dobrowolnie na nędzę — mówił wuj.

— Czy tylko ten pan Witold umie ocenić twoje poświęcenie? — dopytywała się ciotka.

— Pan Bogusław ma taki piękny samochód... — wzdychały przyjaciółki.

Ale Zosia wzruszała ramionami. Kocha Witolda i jest przez niego kochana. O żadnym więc poświęceniu nie ma mowy. Zresztą ma dyplom nauczycielski. Będzie udzielała lekcji. W Radomiu życie jest znacznie tańsze niż w Warszawie. I w ogóle nie jest przecież przyzwyczajona do zbytków...

— Wit... Najdroższy Wit... — uśmiechnęła się sama do siebie i machinalnie rozerwała zieloną kopertę.

„Nie jest to moim zwyczajem pisanie anonimów" — głosiły czarne drobne litery — „ale moje nazwisko nie jest pani znane. Uważam jednak za swój obowiązek otworzyć pani oczy. Jej narzeczony ma przyjaciół-

kę, którą kocha od szeregu lat. I tylko dlatego zdecydował się z panią ożenić, bo liczy na spadek po bogatej ciotce...

Życzliwa“

— Anonim — Zosia z niesmakiem skrzywiła usta.

Witold miałby żenić się z nią dla pieniędzy? Oszukiwać ją, mówiąc o miłości, o tęsknocie, skarżąc się w każdym liście, że swoją „najdroższą Zo“ może widywać tak rzadko?

A właściwie dlaczego tak rzadko? Przecież z Radomia do Warszawy jest blisko. Przy odrobinie dobrej woli mógłby każdą niedzielę spędzać z narzeczoną. A przyjeżdża najwyżej raz w miesiącu...

— Odkładam każdy grosz, aby móc jak najładniej przystroić nasze gniazdko — tłumaczył.

Wierzyła mu. Wierzyła bez zastrzeżeń.

„... przyjaciółka, którą kocha od szeregu lat...“

Więc to tak? Więc Witold kłamał uczucie? Miał nadzieję, że ciotka Ania zapisze cały swój majątek siostrzenicy, której od kolebki niemal zastępowała zmarłą matkę?

— Jaki on podły! — zawołała głośno.

I sznureczek łez popłynął wzdłuż policzków.

Kim jest ta jego „przyjaciółka“? Jakaś prosta dziewczyna, a może sprytna osóbka, która wyśmiewa jej łatwowierność i głupotę...

Zacisnęła pięści.

Nie pozwoli nikomu śmiać się bezkarnie! Zemści się. I to bardzo prędko. Zerwie z Witoldem. Nie usiądzie do wieczerzy wigilijnej z człowiekiem, na którym się zawiodła! Wyjdzie za pana Bogusława. Ten przynajmniej nie liczy na problematyczny spadek po ciotce Ani!

Jakżeby chciała wiedzieć jak wygląda kobieta, którą Witold kocha od szeregu lat...

— Mam w Radomiu kilku przyjaciół, których napewno polubisz — przypomniały jej się słowa narzeczonego. — Szczególniej panią Rysię Ortańską, moją koleżankę, kobietę o wielkim rozumie i sercu.

Tak. Tą „wieloletnią przyjaciółką“ jest napewno pani Rysia! Że też wcześniej nie przyszło jej na myśl...

Pewnie jest ładna. Ładniejsza od niej. Witold ma dobry gust i brzydka kobieta nie mogłaby mu się podobać.

Co zrobić? Kogo się poradzić? Ciotki, wuja, przyjaciółek? Żeby litowały się nad jej nieszczęściem, a potem triumfowały? Nie. O tym nie ma mowy!

A może pojechać do Radomia?

To byłoby może najlepsze. Ale Witold uśpi jej czujność pocałunkami, napewno nie przyzna się do zdrady...

I nagle błysnęła myśl zbawcza. Zaprosi na wilię panią Rysię, a podczas wieczerzy będzie bacznie obserwowała narzeczonego i swoją rywalkę. Każdy ich ruch, każde spojrzenie. Bo zdradzić się mogą. Zdradzić się muszą, nie podejrzewając, że wie o wszystkim...

A wtedy...

Człowiek w czapce listonosza, z torbą skórzaną, przewieszoną przez ramię, zadzwonił nazajutrz do miesz-

kania pani Rysi Ortańskiej i wręczył jej podłużną białą kopertę.

— Co robić? — pomyślała pani Rysia, czytając list Zosi i zaraz zatelefonowała do pana Witolda.

Z gorączkowymi wypiekami na policzkach, Zosia nakrywała stół niepokalaną bielą obrusa. Pod maleńką choinką, przystrojoną złotymi i srebrnymi nitkami, leżały podarunki dla Witolda i pani Rysi. Jakieś nic nieznaczące drobiazgi, kupione w ostatniej chwili. Żeby się nie domyślili przedwcześnie. Zresztą potrafi uśpić ich czujność. Łatwiej się zdemaskują, gdy będą się czuli zupełnie bezpieczni!

Nikogo więcej nie zaprosiła. Nie chce mieć świadków ani swojego upokorzenia, ani problematycznego zresztą triumfu.

Jak te wskazówki zegara posuwają się leniwie... Powinni już tu być. Chyba, że w ostatniej chwili pani Rysia stchórzyła. Nie starczyło jej odwagi usiąść do wieczerzy wigilijnej razem z osobą, której uczyniła tak wielką krzywdę.

Dzwonek. Zosia rzuciła ostatnie spojrzenie w zwierciadło. Ma na sobie nową suknię, a na szyi złoty medalion, pamiątkę po zmarłej matce. Chce być ładna. Ładniejsza niż kiedykolwiek. Żeby nie wyglądać jak kopciuszek w porównaniu z przyjaciółką Witolda...

— Najdroższa!

Nie bacząc na obecność trzeciej osoby porwał ją w objęcia. Całował jej ręce, włosy, oczy. Tak jak zawsze, po długiej rozłące.

Więc w niepamięć poszedł zielony list. Łzy, smutki, niepokoje. Ale tylko na chwilę. Dopóki nie przypomniała sobie o obecności „przyjaciółki"...

— Nie wiem jak mam pani dziękować za miłe zaproszenie — zaczęła znienawidzona rywalka.

Drobna, szczupła, o gładko zaczesanych włosach, w dużych, rogowych okularach była od niej znacznie starsza i brzydsza. Że też Witold, taki wrażliwy na punkcie kobiecej urody i wielki esteta, mógł zakochać się w tak niełądnej kobiecie! Tylko, że zapominało się o jej powierzchowności, gdy zaczynała mówić. Głos miała dźwięczny, miły, zęby równe, białe i bezmiar dobroci krył się w jej piwnych oczach krótkowidza.

— Nie wyobrażasz sobie pewnie Zo, jak długo trwało, zanim udało mi się przekonać panią Rysię, iż jej obowiązkiem jest przyjechać do Warszawy — mówił Witold. — Twierdziła, że trzecia osoba zawsze przeszkadza zakochanym.

— Ależ przeciwnie. Bardzo się cieszę, że pani przyjęła moje zaproszenie — uśmiechnęła się nieszczerze Zosia. — Chciałam bardzo poznać przyjaciółkę Witolda.

— I pewnie pani się rozczarowała — westchnęła pani Rysia.

Zosi żal się zrobiło brzydkiej kobiety.

— Wręcz przeciwnie — powiedziała szczerze.

— Cieszę się bardzo. I raz jeszcze pani dziękuję. Gdyby nie namowy pana Witolda...

— Siedziałaby pani teraz w świetlicy i śpiewałaby z dziećmi kolędy — przerwał Witold. — Bo trzeba ci wiedzieć Zo, że cały swój wolny czas pani Rysia poświęca dzieciom. Jakieś żłobki, świetlice, dziecińce... Czy ja wiem zresztą co... W Radomiu nazywają ją opiekunką dzieci.

— Nie mam swoich, kocham więc cudze — powiedziała z prostotą pani Rysia.

— Ale chyba w pani sercu znajdzie się jeszcze skrawek miejsca dla naszych przyszłych dzieci? — roześmiał się wesoło Witold, ogarniając Zosię rozkochanym spojrzeniem.

— Napewno — odpowiedziała przyjaźnie „przyjaciółka dzieci".

Zosia zaczerwieniła się. Jakże mogła choć na chwilę posądzać Witolda o wyrachowanie! A panią Rysię brać za „przyjaciółkę" narzeczonego... Zielony list napewno kłamał!

Czy tylko napewno?

— Ciocia Ania ma tylko dożywocie — rzuciła niezręcznie.

Witold roześmiał się beztrosko.

— Więc co z tego? Co ma zresztą wspólnego dożywocie cioci Ani z opiekunką naszych przyszłych dzieci? Pocieszna jesteś moja ty cudna Zo!

— Raczej bezgranicznie szczęśliwa — szepnęła, kryjąc na ramieniu narzeczonego zapłonioną twarz.

Jakże wstydziła się swoich podarków, w które nie włożyła ani trochę serca... Szczególniej gdy pani Rysia ofiarowała jej ciepły szalik, który skończyła na drutach dopiero w pociągu...

Świeża woń choinki, przystrojonej złotymi i srebrnymi nitkami... Oczy Witolda, pełne szczerego, głębokiego uczucia... Kolędy, śpiewane dźwięcznym głosem pani Rysi... Była podła! Wstrętna! Niedobra!

A gdy już po odejściu Witolda (panią Rysię zatrzymała na noc u siebie) chciała wrzucić do pieca zielony anonim, wzrok jej padł na kopertę, zaadresowaną do... Zofii Ranieckiej, zamieszkałej na tej samej ulicy, ale w innym domu.

— Biedaczka — pomyślała z beztroską radością ludzi naprawdę szczęśliwych i bez namysłu oddała anonim na pastwę ognistych języków. I, nie zastanawiając się ani chwili, zdjęła złoty medalion i zawiesiła go na szyi „rywalki".

— Narzeczona pana Witolda ma bardzo dobre serce — myślała ze wzruczeniem pani Rysia.

I nigdy się nie dowiedziała, że zawdzięcza przyjaźń Zosi — omyłce listonosza.

St. Osińska

Marcysia i Olesia

Spośród wielu służących, jakie się przez nasz dom przesunęły, najlepiej zapamiętałam Marcysię i Olesię. Może dlatego, że byłam już wówczas podrastającą panienką, a może dla ich własnej indywidualności?

Marcysia, wiejska dziewczyna, była brzydka, pracowita, posłuszna i małomówna. Władza wyższa twierdziła, że nie umiała liczyć do trzech. Poza tym lubiła śpiewać z widocznym upodobaniem. Ale jak śpiewać! To nie było zwyczajne śpiewanie: najfałszywszy z kobiecych sopranów tkwił w tym gardle Marcysinym. Łamał się ten dziwny głos koguclo i chrapliwie na wyższych tonach, ona jednak z upodobaniem, z lubością śpiewała śmiesznie sentymentalne „pieśnie", wyciskające łzy szczerego śmiechu nawet dzieciom.

Olesia była ładną warszawską dziewczyną, dbającą o powierzchowność, myślę, że musiała się nudzić w wiejskiej, zapadłej dziurze. Podobno była „romansowa", może jednak nakłoniła ją ku rozlicznym flirtom stugębna fama-opinia? Wszyscy jej powtarzali po sto razy, że ładna dziewczyna ma na pewno wielu chłop-

ców, uwierzyła zatem i poczęła romansować naprawdę.

Gdy po obiedzie Marcysia zmywała talerze w kuchni, do uszu naszych dolatywał wysoki, łamiący się sopran, wyciągający z uczuciem pieśń o „Cygance":

Za Ebry falom goniąc spojrzeniem
Młoda cyganka siedziała
Z brzękiem gitary, z cichem westchnieniem
Szumienia fali słuchała.

Mój ojciec, czytający książkę lub gazetę, wołał wówczas:

— Zamknijcie drzwi od jaskini i uciszcie ten stwór...

Repertuar Marcysi na nieszczęście dla niej niezbyt był obfity. Sławna była również w naszym domu piosenka „O Kaźmierzu", zaczynająca się od słów: „A kiedy z boku wspomnę Kaźmierza"... „Z boku" to znaczy — tak sobie, od niechcenia, mimo woli właśnie. Wskutek braku innych piosenek Marcysia chciwie słuchała nowych melodyj, zawsze gotowa do nauczenia się, o ile wykonawca znał istotnie „wszystkie słowa" danej piosenki.

— Ale czy panienka zna aby wszystkie słowa? — pytała mnie, gdy oświadczałam gotowość nauczenia jej nowości.

Niestety, nie zawsze znałam „wszystkie słowa" i wówczas posłuszna zwykle Marcysia nie chciała się już uczyć nowej piosenki. Podobały się jej zresztą tylko piosenki sentymentalne i nie „wiejskie", o wesołych nie chciała nic wiedzieć.

— To głupie, panienko, człowiek jak jest smutniejszy, to lepszy jakby — mawiała.

Różniłyśmy się zasadniczo w naszych gustach artystycznych, aczkolwiek harmonia podtrzymywana była czekoladkami i cukierkami (z mej strony), a ze strony Marcysi patrzeniem przez palce na spustoszenia w spiżarni, jakie czyniła w czasie cotygodniowych inspekcyj moja ukochana kotka, Punia, łakomczuch nieznośny, a pełen wdzięku i skromności na pozór. Wobec tego mogę twierdzić, że Marcysia lubiła mnie prawdopodobnie, choć nie uzewnętrzniała swojej dla mnie sympatii.

Gdy do naszego domu zawitała miejska służąca, Olesia właśnie, wykpis warszawski ze Starego Miasta rodem, a przy tym kokietka i trochę leniuch, repertuar Marcysi zwiększył się o kilka nowych piosenek. Na przykład quasi patriotyczna o Okrzei, uczestniku rewolucji 1905 roku. Śpiewały ją obie przez długi czas:

„W cytadeli za kratami
Siedział młodzian z pazurami,
Siedział długo, długo siedział
Nic nikomu nie powiedział.
Refren: Ach, czybyście tak cierpieli
Za ojczyznę ukochaną.

Wpływy Olesi w upodobaniach artystycznych Marcysi znaczyły się jeszcze wyraźniej w piosence typowo warszawskiej o „panu Wiśniewskim:

„Ulica Przyrynek, nomer domu trzeci
Pan Wiśnieski zamordował żonę
z trojgiem dzieci,
Więc przyszli sałdaty z gołemy szaszkamy
Ej, panie Wiśnieski, zabieraj się z namy...

Albo inna, o nieszczęsnym kochanku, pożeranym przez zazdrość, a uwielbiającym czar piękności ukochanej:

„O już ja idę w tajgi Kaukazu
Już cię nie będę oglądał,
Kiedy się zostaniesz sama
Inny będzie Cię pożądał.
Aniele mój, jedyna ty!

Stanowczo jednak dopiero piosenka o Karolinie stała się gwoździem

repertuaru obu dziewczyn, dzięki zainteresowaniu ojca, który, przechodząc wypadkiem obok otwartego okna kuchni i usłyszawszy jak śpiewały na dwa głosy, kazał piosenkę sobie powtórzyć kilka razy i, wysłuchawszy w osłupieniu dziwnych słów i płaczliwej melodii, odszedł od okna w posępnym milczeniu.

„Nie płacz Karolcia, nie płacz aniele
Niejeden Leoś na świecie,
Kiedy powróci, już cię nie rzuci
I będziesz miała z nim dziecię.

Refren:
Leszcz Karolina już w ciemnym grobie
Jenszy jej w usta całuje...

Kiedyś, korzystając z wyjątkowo pogodnego nastroju, wywołanego cukierkiem miętowym („dobry bo słodki, pachnie i grzeje w gardło"), skutkiem czego Marcysia odzyskała dar wymowy, ośmieliłam się spytać o wyjaśnienie zagadkowego słowa „leszcz", dziwnie nie pasującego do wysoce poetyckiego tonu reszty utworu. Marcysia wyjaśniła mi, że zamiast „lecz" wymawiała „leszcz", ponieważ „lecz" nie oznaczało według niej nic, podobnie, jak „za Ebry falom", natomiast „leszcz" była to przecież ryba ,a więc „coś". Autorytet mój był jednak wówczas zbyt mały, poza tym władza wyższa odwołała mnie natychmiast do pokoju i zagroziła przywiązaniem brudnej ścierki do pasa, jako fartuszka, jeśli zamiast odrabiać lekcje będę składała bezsensowne a przydługie wizyty w kuchni u Marcysi.

Wkrótce po wielu nieprzyjemnych pytaniach egzaminacyjnych zaczęłam chadzać do szkoły w Warszawie, na tzw. „pensję"... Zapomniałam, z żalem i skruchą dziś to mówię, o domu, Marcysi i Olesi, o psach i nawet mojej ulubionej Puni. Wchłonęło mnie miasto, które polubiłam, acz-kolwiek, jak dzikie kaczątko z bajki Andersena, zalatywał mnie czasem na wiosennych, nudnych wycieczkach szkolnych za miasto „pod słupek, na wzgórek" zapach wsi, pola zoranego świeżo... Ale trudno, nauka jest siłą wyższą...

Na pociechę jednak rozkosznego wieku dzieciństwa i utrapień szkolnych z nim związanych istnieją wakacje. Tego nawet dzieciom dwudziestego wieku nie odebrano! Miła to rzecz zamknąć książki sfatygowane nauką, spakować walizkę „sposobem filmowym" (wrzuca się wszystko na kupę, ubija nogami) i jechać do domu... W domu jest się na pierwszym miejscu, dają ci przysmaczki, odżywiają... można uganiać się po polu i lesie z psami, śpi się (higieniści wydadzą w tym miejscu okrzyk zgrozy) z własnym wypieszczonym kotem, który rozpoznaje „człowieka" od pierwszego wejrzenia i mruczy radośnie, ocierając kosmatą głowę o ramię tegoż „człowieka". Ten „człowiek" podrósł poważnie od wyjazdu z domu rodzinnego, to też na drewnianej ramie drzwi ganku robi się nową kreskę, jakże znacznie wyżej od poprzedniej. Ktoby tam liczył na metry i centymetry! Kreska na drzwiach jest wymowniejsza od suchych cyfr, z nimi zaś wiąże się wspomnienie o szkole.

Kiedy przyjechałam do domu po dawnemu Marcysia i Olesia śpiewały swoje „pieśnie", a mnie, jak przed rokiem, zachodziły oczy łzami szczerego śmiechu, gdy dla mnie specjalnie „dublowały" pod nieobecność władz wyższych domowych swój nieśmiertelny repertuar. Cieszyłam się domem i jego mieszkańcami, przywiozłam nawet dobrą cenzurę, leżałam na laurach w krepdeszynowym szczęściu, zwiększonym jeszcze o

fakt, że moja Punia miała 3 małe urocze kotki.

Marcysia miała narzeczonego, przynajmniej za takiego ona sama go uważała. Był to chłopak z sąsiedniej wsi, jak ona pracowity i małomówny. Zbierała skrupulatnie (po uzyskaniu pozwolenia a nawet aprobaty w postaci kilku poduszek od władz wyższych domowych) gęsie i kacze pierze na pierzynę, bez której na wsi nie ma szczęścia w małżeństwie. Dzieliła się ze mną wrażeniami jego wizyt i była jeśli nie szczęśliwa, to zadowolona przynajmniej.

Olesia biegała po tańcówkach wiejskich, i podobno, o zgrozo, nocami nie nocowała w domu, ale to pewnie tylko plotki zazdrosnych innych dziewczyn.

Potem zrobiło się nagle źle. Wojna! Trzeba było wyjechać do Warszawy i zostawić dom pusty. Wiele dni spędziłam we łzach, moja ulubiona Punia zniknęła bez śladu, nie chciała jechać widocznie do obcego miasta i wolała uciec gdzieś, aby jej przemocą nie zabrali silni ludzie, jej państwo. Marcysia wyszła za mąż szczęśliwie w międzyczasie, gospodarowała na swojem pólku, kopała kartofle i śpiewała swoje „miejskie" pieśni.

Straciłam obie dziewczyny tak związane z naszym domem wiejskim na długo z oczu. Kiedyś po kilkunastu latach spotkałam elegancką damę na ulicy, która podbiegła do mnie, z trudem stawiając małe stopki w przyciasnych pewnie lakierkach. Była to Olesia. Zmieniona bardzo, zupełnie obca. Twardo już stała w nowej, obcej pozycji życiowej: była żoną właściciela sklepu spożywczego gdzieś na Woli, człowieka zamożnego, od którego sprytem i wdziękiem „kobietki" umiała przezornie wyłudzić różne zapisy dla siebie samej tylko, był to bowiem wdowiec mający kilkoro dzieci.

— W życiu trzeba się nie dać, panienko...

Pływała po tym swoim nowym życiu stylem dowolnym; umiała wyzyskać koniunkturę i sytuację i była prawdziwą panią ze srebrnym lisem na ramieniu, modnym kostiumem, brylantowym pierścionkiem na wymanikiurowanych palcach. Miała modną fryzurę — Olesia dbała zawsze o powierzchowność. Spytałam o Marcysię. Olesia posmutniała jakby trochę.

— Marcysia umarła, rzuciła się pod pociąg, panienka wie, koło tej sosny, cośmy kiedyś włożyły między gałęzie kamień i od tej pory tak się rozwidliła w dwa drzewa jakby. Zabiła się, bo jej chłopa na wojnie bolszewicy pod Radzyminem zabili...

Pamiętam tę sosnę, jakby dziś i dzień lipcowy, dzień upalny polskiego lata, kiedy to z figlów i pustoty dziecinnej włożyłyśmy z Olesią, na spacerze będąc, między rozwidlone dwie gałęzie nisko nad ziemią zwieszone duży płaski kamień, znaleziony na drodze. Obiecywałam sobie, że po wielu latach przyjdę kiedyś w to miejsce popatrzeć jeszcze raz na ten kamień, wrosły z pewnością w twarde ciało sosny zielonej i pachnącej. Ale nie przyszłam nigdy...

Kiedyś, na warszawskim już podwórku, doleciała do moich uszu melodia znajomej piosenki o „Tajgach Kaukazu". Śpiewała ją w dzieciństwie pewna Marcysia głosem fałszywym i śmiesznym... Chciało by się odwrócić kartki kalendarza kuchennego, zawieszonego na ścianie malowanej „na perłowo" (taki nieokreślony kolor, ni niebieski, ni zielonka-

wy) i czytać dowcipy albo mądre myśli, których „szczenięcy“ wówczas umysł nie obejmował i nie chciał objąć. Była tam Orzeszkowa, Sienkiewicz i Prus przeważnie.

Ale kalendarzy z czasów dzieciństw nie można dostać w żadnym sklepie za żadną cenę. Rozumie się już teraz gorzkim rozumem doświadczenia wszystkie mądre myśli, drukowane na odwrotnej stronie czerwonych niedziel i świąt, a czarnych sobót, piątków i innych dni tygodnia. Rozumie się je dobrze, choć kartki z kalendarza dzieciństwa rozleciały się, porwał je i zniszczył wszechpotężny Czas...

Romana Rezlerowa

Formy i obyczaje towarzyskie

Poprawne przestrzeganie form i obyczajów towarzyskich jest *podstawą współżycia ludzi* pomiędzy sobą. Ma wielkie znaczenie nie tylko w życiu rodzinnym, ale i w stosunkach pomiędzy obcymi ludźmi, w życiu koleżeńskim i w ustosunkowaniu się do władz i podwładnych.

Ta umiejętność przestrzegania form i obyczajów, ta *kultura życia codziennego* jest właściwością, którą się *wypracowuje* mozolnie przez szereg długich lat. Nabywa się ją *w domu rodzinnym* od wczesnego dzieciństwa, rozwija się ją z biegiem lat, tak ażeby w każdej sytuacji życiowej umieć odnaleźć *właściwą formę* obejścia, właściwy ton i odpowiednie słowa.

Wieloletni trening dobrego wychowania doprowadza wreszcie do tego, że człowiek zdobywa opinię *„kulturalnego“*. U osób, które wychowują się w atmosferze rodzinnej *od szeregu pokoleń,* zdobycie kulturalnej formy, jest o wiele łatwiejsze. Natomiast u ludzi, którzy nie mieli możności przyswajania sobie od dziecięctwa wszelkich form towarzyskich, nabycie ich *staje się niezbędną koniecznością.* Jest to bowiem mocna spójnia, łącząca ludzi nie tylko danego kraju, ale posiadająca charakter wybitnie międzynarodowy.

Dawniej wysyłano młodzież na dwory wielkopańskie, gdzie nabierała potrzebnej ogłady. Dziś młodzież musi korzystać z instrukcji w świetlicach ,w szkołach, w różnych związkach i stowarzyszeniach. Wreszcie *czerpie ją z podręczników* *), o ile nie może otrzymać jej z domu.

W dzisiejszych czasach znajomość form towarzyskich jest *potrzebna każdemu,* bo przy demokratycznym ustroju Rzeczypospolitej nie wiadomo kogo życie może wynieść na duże stanowisko. Kto będzie musiał występować w roli reprezentacyjnej, jako rzecznik ugrupowania, przedstawiciel władzy czy też jakiej organizacji społecznej.

Potrzeba znajomości form i obyczajów towarzyskich ujawnia się już od najmłodszego wieku, już od *urodzenia człowieka.* Matce posyła się wtedy kwiaty, rodzicom życzenia pomyślnego rozwoju dziecka. W razie zaproszenia na jednego z *rodziców chrzestnych* należy ofiarować matce dziecka prezent dla dziecka. W sferach zamożniejszych daje się dla dziewczynki jakiś klejnot lub kosz-

---

*) *J. Kiewnarska* — „Dobre wychowanie na codzień“.
Maria z Colonna Walewskich Wielopolska — „Obyczaje towarzyskie“ — Państwowe wydawnictwo książek szkolnych we Lwowie.

towny drobiazg toaletowy, czy osobisty. Chłopcu ryngraf z Matką Boską lub nakrycie stołowe, zegarek itp. wartościowy i pamiątkowy drobiazg. W sferach mniej zamożnych daje się złote lub srebrne medaliki na łańcuszkach albo też strojne ubranie do chrztu lub garnitur pościelowy, czy do woreczka. Matka chrzestna nigdy nie powinna kłaść czarnej sukni na uroczystość chrztu. Nadając *imiona dzieciom* należy unikać imion fantastycznych lub wyszukanych, które potem okrywają śmiesznością dorosłego człowieka.

O wychowaniu dzieci i młodzieży jest mowa na innym miejscu. Tu należy podkreślić z całym naciskiem, że *wychowując dziecko* należy zwracać uwagę nie tylko na sposób jedzenia, ale na sposób chodzenia, siadania i odżywiania się, na opanowywanie gestów, nieujawnianie złości i niehumoru. Jest to *szkoła codziennego życia*. Mozolna i długa, która z okresu dzieciństwa przechodzi w wiek młodzieńczy. Wtedy zaczynają się *występy na arenie światowej*.

Obcowanie z ludźmi dorosłymi, ze zwierzchnikami, którym należy okazywać uszanowanie bez uniżoności, uczy stopniowania grzeczności, która powinna obejmować też stosunek do służby. Kulturalna *wymiana ukłonów i uścisków dłoni* nakazuje pamiętać, że mężczyzna kłania się pierwszy kobiecie i że *mężczyznę przedstawia się* kobiecie, a *nigdy* kobiety mężczyźnie (chyba w wypadkach przedstawiania osobie urzędowej na wysokim stanowisku). Natomiast *kobiecie starszej* zawsze się przedstawia młodszą, a *młodsza nigdy* nie powinna siedzieć, podając rękę starszej na powitanie lub na pożegnanie. Tak samo nie do pomyślenia jest ażeby młody mężczyzna witał się z kobietą siedząc, albo rozmawiał z nią siedząc, podczas kiedy ona stoi (z wyjątkiem terenu służbowej pracy).

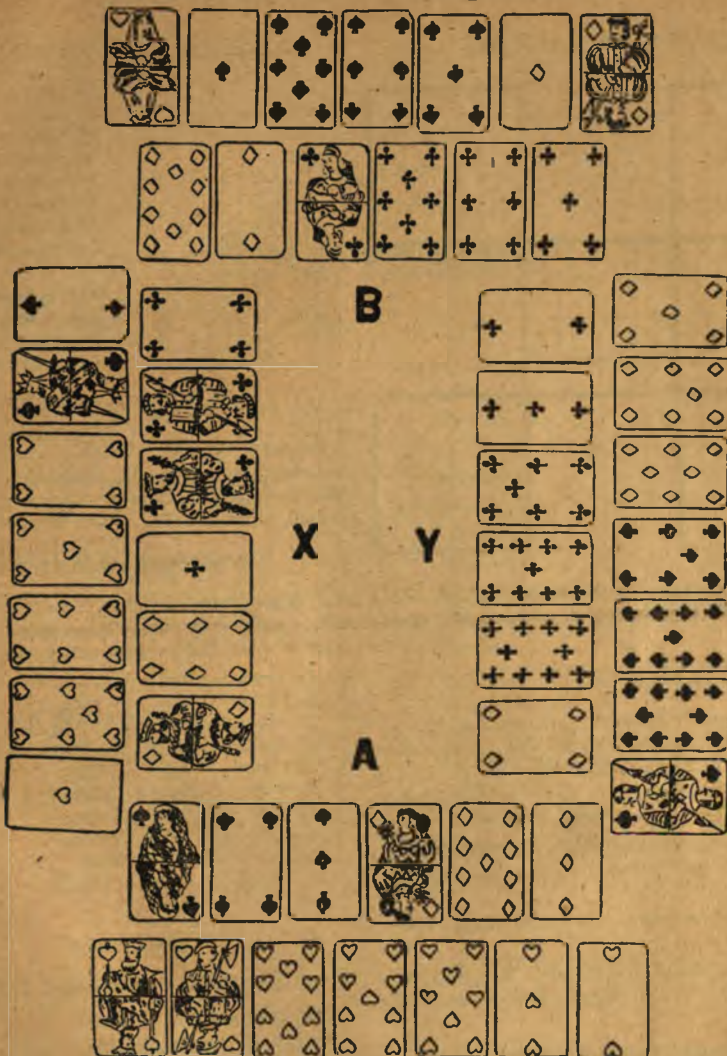
To różniczkowanie form dla mężczyzn i kobiet ujawnia się i w innych dziedzinach. *Na imieniny* mężczyźnie nie posyła się kwiatów, chyba w wypadkach wyjątkowej zażyłości i to lepiej ofiarować jakiś upominek. Natomiast kobiecie posyła się kwiaty wraz z życzeniami imieninowymi, dołączając list lub bilet, na którym najlepiej napisać: Z P. I. Bliższe stosunki uprawniają do posyłania cukierków, a przyjazne — do ofiarowywania drobnych upominków, przy okazji imienin, gwiazdki lub jako dowód pamięci z podróży.

Za życzenia należy *zawsze podziękować* w formie bardzo uprzejmej, tak samo, jak za otrzymane *zaproszenie*, na które zawsze należy odpowiedzieć listownie lub telefonicznie. W razie niemożności skorzystania z zaproszenia należy zawsze zawczasu się *wytłumaczyć*, gdyż przemilczenie jest wysokim stopniem niegrzeczności.

Również nietaktem i niegrzecznością jest *niezłożenie wizyty*, jeżeli się było gdzieś pierwszy raz na przyjęciu. Taką *wizytę składa się* najpóźniej w 8 dni pomiędzy *godziną 4—6*, która u nas została przyjęta. *Młode małżeństwo* składa wizyty w parę lub kilka miesięcy po ślubie, mając dom całkowicie urządzony. Wizyty składa się u rodziny, u zwierzchników, u dawnych znajomych i w tych domach, z którymi się chce utrzymywać stosunki towarzyskie.

Żałobę nosi się po najbliższych osobach i na *uroczystości pogrzebowe*, kiedy obowiązuje czarny lub ciemny ubiór i poważne zachowanie.

Zadanie dla brydżistek



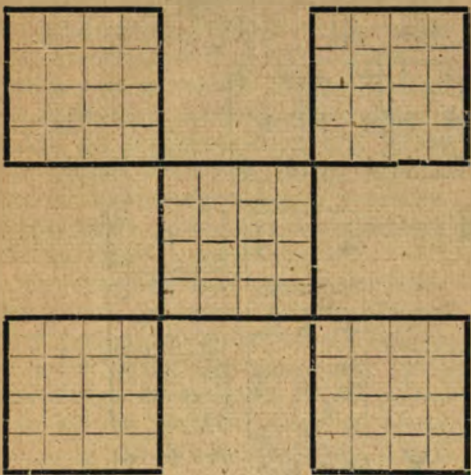
Przebieg licytacji
(AB po partii)

	I.	II.	III.	IV.
X	bez atu	pas	pas	kontra
B	kontra	trzy bez atu	pięć kier	pas
Y	pas	pas	pas	pas
A	trzy kiery	cztery kiery	pas	re.

X wychodzi w króla trefl. AB robią szlemika. Prosimy rozegrać.

Rozrywki Umysłowe

KWADRATY MAGICZNE



W pola kwadratów wpisać wyrazy, które poziomo i pionowo można jednakowo odczytać.

Znaczenie wyrazów:

1. Pierwiastek chemiczny. Stolica w Europie w jęz. obcym. Widziadło. Pierwsza osoba w rodzinie zdrobniale.
2. Narzędzia rolnicze. Część tułowia psa. Syn w jęz. obcym. Imię żeńskie.
3. Przeciwieństwo nagrody. Najdrobniejsza cząstka. Wały papieru — inaczej. Koniec modlitwy.
4. Miejsce sprzedaży. Rzeka w Rosji. Zdobycz. Strzała.
5. Napad. Ciasto cukiernicze. Miejscowość kuracyjna we Włoszech. Zaimek.

BILETY WIZYTOWE

Erna Giomali

Mira Sanoto

Odgadnąć jakimi dziedzinami nauki interesują się właścicielki powyższych biletów wizytowych.

ZADANIE DLA MELOMANÓW

O........	Wagnera
O.....	Verdi'ego
..O.....	Meyerbeera
..O...	Verdi'ego
..O.........	Pucciniego
O.........	Czajkowskiego
..O....	Moniuszki
..O............	Czajkowskiego (balet)
O........	Meyerbeera
O................	Donizetti'ego
O....	Pucciniego
..O......	(nazwisko kompozytora)
..O..	Delibes'a
..O..	Gounod'a

Zamiast kółek i kropek wstawić litery, stanowiące nazwy 13 oper i 1 nazwisko kompozytora. Miejsca oznaczone kółkami dadzą rozwiązanie.

PRZESTAWIANKA

Z każdej trójki niżej podanych wyrazów, należy przez odpowiednie przestawienie liter, utworzyć nowy jeden wyraz.

1. Lina + Rogi + Tort.
2. Cicho + Jar + Nam.
3. Moc + Rawa + Tran.
4. Kok + Madej + Tan.
5. Czyn + Noc + Raz.
6. Mań + Też + Włos.
7. Kok + Piec + Raz.
8. Rok + Por + Wota.
9. Jan + Lato + Cer.
10. Ogon + Ryk + Pst!

ZAGADKA

ul. p. Maria Superatowa, Tarnopol.

Odpowiedzcie Miłe Panie
Na to moje zapytanie!
Która **lina** jest krzewiną?
Jaka **rzeczka** jest rośliną?
Który **leń** jest zawsze w borze?
Gdzie jest **cień** w wiosennej porze?
Jaka **kora** jest zbawienną?
Która **wina** jest przyjemną?
Który **pas** zna strony świata?
Który **mak** po polu lata?
Która **krzywa** prosto stoi?
Która **waga** się nie boi?

Spis rzeczy

INSTYTUT KOSMETYCZNO-LEKARSKI

IZIS

Zakład	Laboratorium i Biuro
SENATORSKA 37 (Pałac Błękitny) telefon 3-33-53.	ŻABIA 4 telefon 5-81-53.

HELENA BRZEZIŃSKA I S-KA
Sp. z o. o.

W WARSZAWIE

Udziela

Porad we wszystkich sprawach kosmetyki leczniczej (również drogą korespondencji).
Wskazówek co do używania odpowiednich dla danej cery: mydeł, kremów i środków upiększających jak puder, róż, pomadki do ust, tusze do brwi i rzęs i t. p.

Wykonywa

Wszelkiego rodzaju zabiegi z zakresu kosmetyki leczniczej, a między innymi:

1. *Leczenie:*
   a) nadmiernej tłustości cery (wągry, pryszcze i ropnie) i rozszerzonych porów;
   b) skóry suchej, zwiędłej, pomarszczonej;
   c) odmrożeń najbardziej zastarzałych, czerwoności nosa, policzków, nadmiernej potliwości;
   d) skóry głowy (łupież) i zapobieganie przedwczesnemu łysieniu.
2. *Leczenie i usuwanie zbędnego owłosienia.*
3. *Usuwanie:* czerwonych żyłek, kurzajek, brodawek, piegów i t. p. żółtych plam.

Produkuje

Preparaty kosmetyczne o bardzo szerokiej skali:
100 kremów leczniczych i pielęgnacyjnych,
100 mleczek i płynów leczniczych i pielęgnacyjnych,
25 maseczek leczniczych i upiększających,
Pudry w 18-tu kolorach,
Róże w kamieniu bezgipsowe,
Tusze do rzęs nie zmywające się wodą,
Pomadki do warg w 6-ciu kolorach,
Ołówki do brwi i t. p.
Wszystko w najwyższym gatunku — absolutnie nieszkodliwe i dlatego Preparaty Instytutu Kosmetyczno-Lekarskiego „IZIS"

1) *najlepiej nadają się do pielęgnacji każdej cery, a więc: tłustej, normalnej, mieszanej, suchej,*
2) *względnie leczyć nimi można następujące dolegliwości:* wągry, pryszcze i ropnie, rozszerzone pory, zmarszczki i woreczki pod oczyma, obwiśnięte podbródki, pomarszczone szyje, czerwone żyłki, czerwoność nosa i policzków, odmrożenia, piegi i żółte plamy (usuwanie i zapobieganie), nadmierne i niemiłe pocenie się, łupież tłusty i suchy, wypadanie włosów, niedostateczny porost brwi i rzęs, gęsią skórkę, zniszczone ręce, łamliwości paznokci.

Dewiza Instytutu IZIS brzmi: „Podnieść do maximum urodę przez racjonalną pielęgnację skóry i dbałość o zdrowie całego organizmu".

Każdy preparat Instytutu „IZIS" zawiera niezawodną receptę na młodość i urodę.

ŻĄDAJCIE WSZĘDZIE WYROBÓW INSTYTUTU KOSMETYCZNO - LEKARSKIEGO „IZIS"